叶兴阳Yeh

双语音标有声读物

叶兴阳

双音阅读英语教育创始人

双语音标阅读创始人

注音阅读英语教育之父

注音阅读英语教育之父

叶兴阳双语音标有声读物

双语对照 · 音标注音 · 有声同步

编者：*叶兴阳*

内容来源：*公共领域英文原著*

适用对象：*英语学习者、教师、研究者*

版本日期：*2025 年*

目录

共 3 个章节

1. 简易意大利烹饪(simple Italian Cookery) 000001

2. 简易意大利烹饪(simple Italian Cookery) 000002

3. 简易意大利烹饪(simple Italian Cookery) 000003

使用说明

- 本目录为大字打印优化版本，正文字号 18pt，适合纸质阅读
- 电子版请访问对应 HTML 文件，支持语音播放功能
- 建议双面打印，左侧留白已优化，便于装订
- 章节标题已按字母顺序排列，便于快速查找

简易意大利烹饪(Simple Italian Cookery)

[prə'du:st] [baɪ]['deɪvɪd]['stɑ:rnɝ] , ['kærən][ˌfæ'bri:zi:əs]
Produced **by** **David** **Starner** **,** **Karen** **Fabrizius**
生产 经过 大卫 斯塔纳 , 凯伦 法布里齐乌斯

由大卫·斯塔纳和凯伦·法布里齐乌斯制作

[ænd; ənd][ðə; ði][ˌɑ:n'laɪn][dɪ'strɪbju:tɪd] [p'ru:fri:dɪŋ] [ti:m] .
and **the** **Online** **Distributed** **Proofreading** **Team** **.**
和 这 在线的 分布式 校对 团队 .

以及在线分布式校对团队。

['sɪmp(ə)l] [ɪ'tæliən] ['kʊkəri]
SIMPLE **ITALIAN** **COOKERY**
简单的 意大利语 烹饪

简易意大利烹饪

[æn'toʊniə][aɪ'sɑ:lə]
Antonia **Isola**
安东尼娅 伊索拉

安东尼娅·伊索拉

['kɑ:ntents]
CONTENTS
内容

内容

[su:ps]
Soups
汤

汤

[ˌmækə'roʊni][ænd; ənd] ['ʌðər] [peɪsts]
Macaroni **and** **other** **Pastes**
通心粉 和 其他 糊状物

通心粉和其他酱料

[raɪs] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] .
Rice **,** **Etc** **.**
米 , ETC .

大米等

['sɔ:sɪz]
Sauces
酱汁

酱汁

[egz]
Eggs
鸡蛋

鸡蛋

[fɪʃ]
Fish
鱼

鱼

['vedʒtəb(ə)lz]
Vegetables
蔬菜

蔬菜

[miːts]
Meats
肉类

肉类

['sælədz]
Salads
沙拉

沙拉

[dɪ'zɜːrts]
Desserts
甜点

甜点

['ɪndeks]
Index
指数

指数

[suːps]
SOUPS
汤

汤

[biːf]	[suːp]	[stɑːk]	(	['broʊdoʊ][ˌdiː 'aɪ]	['kɑːrn]	)
BEEF	**SOUP**	**STOCK**	**(**	**Brodo**	**di**	**Carne**	**)**
牛肉	汤	库存	(	布罗多	迪	肉	)

牛肉汤（Brodo di Carne）

[wʌn]	[paʊnd]	[ʌv; əv]	[raʊnd]	[ʌv; əv]	[biːf]
1	**pound**	**of**	**round**	**of**	**beef**
1	磅	的	圆形的	的	牛肉

1磅牛后腿肉

[ˌtuːˈtuː]	[kwɔːts]	[ʌv; əv]	['wɔːtər]
2	**quarts**	**of**	**water**
2	夸脱	的	水

2夸脱水

[ˌtuːˈtuː]	[smɔːl]	,	[nuː]	['kærəts]	,	[ɔːr]	[wʌn]	/	[ˌtuːˈtuː]	[ʌv; əv]	[æn; ən]	[oʊld]	['kærət]
2	**small**	**,**	**new**	**carrots**	**,**	**or**	**1**	**/**	**2**	**of**	**an**	**old**	**carrot**
2	小的	,	新的	胡萝卜	,	或者	1	/	2	的	一个	老的	胡萝卜

2根小的新鲜胡萝卜，或者半根老胡萝卜

[wʌn]	/	[ˌtuːˈtuː]	[paʊnd]	[ʌv; əv]	[biːf]	[boʊnz]
1	**/**	**2**	**pound**	**of**	**beef**	**bones**
1	/	2	磅	的	牛肉	骨头

半磅牛骨

[ˌtuːˈtuː]	[smɔːl]	[pəˈtetoz]
2	**small**	**potatoes**
2	小的	土豆

2个小土豆

[wʌn]	['ʌnjən]
1	**onion**
1	洋葱

1个洋葱

[wʌn][tə'meɪtoʊ] , [freʃ] [ɔːr] [kænd]
1 **tomato** **,** **fresh** **or** **canned**
1 番茄 , 新鲜的 或者 罐装

1个番茄，新鲜或罐装均可

['pɑːrsli]
Parsley
香菜

香菜

[bɔɪl][ðə; ðiː] [biːf] , [boʊnz] ,
Boil **the** **beef** **,** **bones** **,**
熬 这 牛肉 , 骨头 ,

把牛肉和骨头煮沸，

[ænd; ənd]['vedʒtəb(ə)lz][ɪn] [tuː] [kwɔːts] [ʌv; əv]['wɔːtər]['oʊvər][ə; eɪ] [sloʊ] ['faɪər] — ['ædɪŋ] ['pepər]
and **vegetables** **in** **two** **quarts** **of** **water** **over** **a** **slow** **fire** **—** **adding** **pepper**
和 蔬菜 在 二 夸脱 的 水 超过 一个 慢的 火 — 添加 胡椒
[ænd; ənd][sɔːlt] .
and **salt** **.**
和 盐 .

将蔬菜放入两夸脱水中，用小火慢炖，加入胡椒粉和盐。

[skɪm] [ə'keɪʒ(ə)nəli] , [ænd; ənd]['æftər] [tuː] ['aʊərz] [ˌeɪ diː 'diː] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['ʃeri] ;
Skim **occasionally** **,** **and** **after** **two** **hours** **add** **two** **tablespoons** **of** **sherry** **;**
撇去 偶尔 , 和 后 二 小时 添加 二 汤匙 的 雪利酒 ;

偶尔撇去浮沫，两小时后加入两汤匙雪利酒；

[ðen] [streɪn] [θruː] [faɪn] [suːp] - ['streɪnər] [ɔːr] [tʃiːz] - [klɔːθ] .
then **strain** **through** **fine** **soup** **-** **strainer** **or** **cheese** **-** **cloth** **.**
然后 拉紧 通过 美好的 汤 - 滤网 或者 奶酪 - 布 .

然后用细汤筛或纱布过滤。

[ðɪs] [ɪz][ðə; ðiː]['beɪsɪs][ʌv; əv][ɔːl][ðə; ðiː] ['fɑːloʊɪŋ] [suːps] , [ɪk'sept] [wen] ['ʌðərwaɪz] ['steɪtɪd] .
This **is** **the** **basis** **of** **all** **the** **following** **soups** **,** **except** **when** **otherwise** **stated** **.**
这 是 这 基础 的 全部 这 下列的 汤 , 除了 什么时候 否则 声明 .

除另有说明外，以下所有汤品均以此为基础。

[tuː; tə] [meɪk] [ðɪs] [stɑːk] ['rɪtʃər] , [ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ] ['tɜːrki] [leg][tuː; tə] [ə'bʌv] [rɪ'siːt] ;
To **make** **this** **stock** **richer** **,** **add** **a** **turkey** **leg** **to** **above** **receipt** **;**
到 制作 这 库存 更富有 , 添加 一个 火鸡 腿 到 多于 收据 ;

为了让这道高汤更浓郁，可以在上述食谱中加入一个火鸡腿；

[bɔɪl][wʌn][ænd; ənd][ə; eɪ][hæf]['aʊərz] , [ðen] [ˌeɪ diː 'diː][wʌn] - [hæf][ə; eɪ] [paʊnd] [ʌv; əv] ['faɪnli] [tʃɑːpt]
boil **one** **and** **a** **half** **hours** **,** **then** **add** **one** **-** **half** **a** **pound** **of** **finely** **chopped**
熬 一 和 一个 一半 小时 , 然后 添加 一 - 一半 一个 磅 的 精细地 切碎
[biːf] .
beef **.**
牛肉 .

煮一个半小时，然后加入半磅切碎的牛肉。

[kʊk] [fɔːr; fər][hæf][æn; ən]['aʊər][lɔːŋgər] , [ðen] [streɪn] .
Cook **for** **half** **an** **hour** **longer** **,** **then** **strain** **.**
厨师 为了 一半 一个 小时 更长 , 然后 拉紧 .

再煮半小时，然后过滤。

[tuː; tə] [meɪk] [miːt] ['dʒeli] , [ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] ['dʒelətn] [tuː; tə][ðə; ðiː] [suːp] [stɑːk] [faɪv] ['mɪnɪts]
To **make** **meat** **jelly** **,** **add** **a** **little** **gelatine** **to** **the** **soup** **stock** **five** **minutes**
到 制作 肉 果冻 , 添加 一个 小的 明胶 到 这 汤 库存 五 分钟
[bɪ'fɔːr] ['streɪnɪŋ] .
before **straining** **.**
前 紧张 .

制作肉冻时，在过滤前五分钟向汤汁中加入少量明胶。

[tuː; tə] [gɪv] [ə; eɪ] [gʊd] [dɑːrk]['kʌlər][tuː; tə][ðə; ði] [stɑːk] , [ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ] [fjuː] [drɑːps][ʌv; əv] "

To	give	a	good	dark	color	to	the	stock	,	add	a	few	drops	of	"
到	给	一个	好的	黑暗的	颜色	到	这	库存	,	添加	一个	很少	滴	的	"

['kærəml; 'kɑːrml] ,

caramel	,
焦糖	,

为了使汤汁呈现深褐色，可以加入几滴焦糖色。

" [wɪtʃ] [ɪz] [prɪ'perd] [ɪn][ðə; ði] ['fɑːloʊɪŋ] ['mænər] :

"	which	is	prepared	in	the	following	manner	:
"	哪个	是	准备	在	这	下列的	方式	:

其制备方法如下:

[pʊt] [θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv]['grænjuleɪtɪd] ['ʃʊgər] ['ɪntuː][ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['wɔːtər] ,

Put	three	tablespoons	of	granulated	sugar	into	a	saucepan	with	a	little	water	,
放	三	汤匙	的	颗粒状	糖	进入	一个	平底锅	和	一个	小的	水	,

将三汤匙砂糖放入平底锅中，加入少量水，

[ænd; ənd] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] ['ʃʊgər] [hæz; həz] [bɪ'kʌm] [dɑːrk][ænd; ənd] ['redɪʃ] ;

and	until	the	sugar	has	become	dark	and	reddish	;
和	直到	这	糖	有	变得	黑暗的	和	微红	;

直到糖变成深红色;

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [mɔːr] ['wɔːtər][ænd; ənd] [bɔɪl] [ə'gen] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] ['ʃʊgər] [ɪz] [meltid] .

then	add	a	little	more	water	and	boil	again	until	the	sugar	is	melted	.
然后	添加	一个	小的	更多的	水	和	熬	再次	直到	这	糖	是	融化	.

然后加入少许水，再次煮沸，直到糖融化。

[streɪn] [ænd; ənd] [pɔːr] ['ɪntuː][ə; eɪ]['bɑːt(ə)l] [wen] [ðə; ði]['kærəml; 'kɑːrml] [wɪl] [kiːp] ['pɜːrfɪktli] [fɔːr; fər]

Strain	and	pour	into	a	bottle	when	the	caramel	will	keep	perfectly	for
拉紧	和	倒	进入	一个	瓶子	什么时候	这	焦糖	将要	保持	完美	为了

['sevrəl] [wiːks] .

several	weeks	.
一些	周	.

过滤后倒入瓶中，焦糖可以完美保存数周。

['tʃɪkɪn] [brɔːθ] (['broʊdoʊ][ˌdiː 'aɪ][kə'poʊn])

CHICKEN	BROTH	(	Brodo	di	Capone	)
鸡	肉汤	(	布罗多	迪	卡彭	)

鸡汤（Brodo di Capone）

[ðɪs] [ɪz] [meɪd] [laɪk][ðə; ði] [miːt] [stɑːk] , ['sʌbstitjuːtiŋ] [ə; eɪ] [faʊl] [ɪn] [pleɪs] [ʌv; əv][ðə; ði] [biːf] [ænd; ənd]

This	is	made	like	the	meat	stock	,	substituting	a	fowl	in	place	of	the	beef	and
这	是	制成	喜欢	这	肉	库存	,	替换	一个	鸡	在	地方	的	这	牛肉	和

[boʊnz] .

bones	.
骨头	.

这道菜的做法与肉汤类似，只是用禽肉代替了牛肉和骨头。

[raɪs] [suːp] ([mɪ'nɛstrə] [ˌdiː 'aɪ]['riːsoʊ])

RICE	SOUP	(	Minestra	di	Riso	)
米	汤	(	矿泉水	迪	里索	)

米汤（Minestra di Riso）

[miːt] [stɑːk]

Meat	stock
肉	库存

肉汤

[ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] [raɪs]

2	tablespoons	of	rice
2	汤匙	的	米

2汤匙米饭

['kʌvər] [ðə; ði] [raɪs] [wɪð; wɪθ] ['wɔːtər] [ænd; ənd] [bɔɪl] [fɔːr; fər] [ten] ['mɪnɪts] ;

Cover	**the**	**rice**	**with**	**water**	**and**	**boil**	**for**	**ten**	**minutes**	**;**
覆盖	这	米	和	水	和	熬	为了	十	分钟	;

将米放入锅中，加水煮十分钟;

[ðen] [dreɪn] [ænd; ənd] [ˌeɪ diː 'diː] [tuː; tə] [ðə; ði] [stɑːk] (['æftər] [ˌaɪ 'tiː] [hæz; həz] [bɪn] [streɪnd]) ,

then	**drain**	**and**	**add**	**to**	**the**	**stock**	**(**	**after**	**it**	**has**	**been**	**strained**	**)**	**,**
然后	流走	和	添加	到	这	库存	(	后	它	有	到过	紧张	)	,

然后沥干水分，加入到高汤中（高汤需先过滤）。

[ænd; ənd] [bɔɪl] [fɔːr; fər] [faɪv] [ɔːr] [ten] ['mɪnɪts] [mɔːr] .

and	**boil**	**for**	**five**	**or**	**ten**	**minutes**	**more**	**.**
和	熬	为了	五	或者	十	分钟	更多的	.

再煮五到十分钟。

[ˌstrɑːtʃiɑː'telə] [suːp] ([mɪ'nɛstrə] [ˌdiː 'aɪ] [ˌstrɑːtʃiɑː'telə])

STRACCIATELLA	**SOUP**	**(**	**Minestra**	**di**	**Stracciatella**	**)**
斯特拉奇亚泰拉	汤	(	矿泉水	迪	斯特拉奇亚泰拉	)

STRACCIATELLA 汤 (Minestra di Stracciatella)

[wʌn] [eg]

1	**egg**
1	蛋

1个鸡蛋

[wʌn] / [ˌtuː'tuː] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['pɑːrməzɑːnˌ'pɑːrməzæn] [tʃiːz]

1	**/**	**2**	**tablespoon**	**of**	**Parmesan**	**cheese**
1	/	2	汤匙	的	帕尔马干酪	奶酪

1/2 汤匙帕玛森奶酪

[wʌn] ['teɪblspuːn] [bred] [krʌmz]

1	**tablespoon**	**bread**	**crumbs**
1	汤匙	面包	面包屑

1汤匙面包屑

[biːt] [ðə; ði] [eg] , [joʊk] [ænd; ənd] [waɪt] [tə'geðər] ; [ˌeɪ diː 'diː] [sɔːlt] [ænd; ənd] [ðə; ði] [tʃiːz] , ['greɪtɪd] ,

Beat	**the**	**egg**	**,**	**yolk**	**and**	**white**	**together**	**;**	**add**	**salt**	**and**	**the**	**cheese**	**,**	**grated**	**,**
打	这	蛋	,	蛋黄	和	白色的	一起	;	添加	盐	和	这	奶酪	,	磨碎的	,

将鸡蛋、蛋黄和蛋白一起打散；加入盐和磨碎的奶酪，

[ænd; ənd] [ðə; ði] [bred] [krʌmz] ; [mɪks] [wel] [tə'geðər] [ænd; ənd] [ˌeɪ diː 'diː] [tuː; tə] [ðə; ði] ['bɔɪlɪŋ] [stɑːk] (

and	**the**	**bread**	**crumbs**	**;**	**mix**	**well**	**together**	**and**	**add**	**to**	**the**	**boiling**	**stock**	**(**
和	这	面包	面包屑	;	混合	出色地	一起	和	添加	到	这	沸腾	库存	(

[streɪnd]) .

strained	**)**	**.**
紧张	)	.

以及面包屑；充分混合后加入沸腾的肉汤（过滤后）。

[stɜːr] [wel] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] [fɔːrk] [tuː; tə] [prɪ'vent] [ðə; ði] [eg] [frʌm; frəm] ['setɪŋ] ,

Stir	**well**	**with**	**a**	**fork**	**to**	**prevent**	**the**	**egg**	**from**	**setting**	**,**
搅拌	出色地	和	一个	叉	到	防止	这	蛋	从	环境	,

用叉子充分搅拌，防止鸡蛋凝固。

[ænd; ənd] [bɔɪl] [fɔːr; fər] [fɔːr] [ɔːr] [faɪv] ['mɪnɪts] .

and	**boil**	**for**	**four**	**or**	**five**	**minutes**	**.**
和	熬	为了	四	或者	五	分钟	.

煮沸四五分钟。

['vedʒtəb(ə)l] ['tʃaʊdər] ([ˌmɪnə'stroʊni] ['ɑːlə] [ˌmɪlə'niz])

VEGETABLE	**CHOWDER**	**(**	**Minestrone**	**alla**	**Milanese**	**)**
蔬菜	浓汤	(	蔬菜汤	阿拉	米兰人	)

蔬菜杂烩（米兰通心粉汤）

[wʌn] / [ˌtuːˈtuː][kwɔːrt][ʌv; əv] [stɑːk] [ˌtuːˈtuː]['slaɪsɪz][ʌv; əv] [liːn] [pɔːrk] , [ɔːr][ə; eɪ][hæm][boʊn][ˌtuːˈtuː]

1	/	2	quart	of	stock	2	slices	of	lean	pork	,	or	a	ham	bone	2
1	/	2	夸脱	的	库存	2	切片	的	倾斜	猪肉	,	或者	一个	火腿	骨	2

[təˈmeɪtoʊz] ,

tomatoes	,
西红柿	,

半夸脱高汤，2片瘦猪肉或一块火腿骨，2个西红柿，

[freʃ] [ɔːr] [kænd] [wʌn][kʌp][ʌv; əv][raɪs][ˌtuːˈtuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv][draɪd] [biːnz] [wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv]

fresh	or	canned	1	cup	of	rice	2	tablespoons	of	dried	beans	1	tablespoon	of
新鲜的	或者	罐装	1	杯子	的	米	2	汤匙	的	干燥	豆子	1	汤匙	的

['piːz] ,

peas	,
豌豆	,

新鲜或罐装1杯大米，2汤匙干豆，1汤匙豌豆，

[freʃ] [ɔːr] [kænd] [ˌtuːˈtuː] ['ʌnjənz]

fresh	or	canned	2	onions
新鲜的	或者	罐装	2	洋葱

新鲜或罐装洋葱 2 个

[pʊt]['ɪntuː][ðə; ðɪ] [stɑːk] [ðə; ðɪ]['slaɪsɪz][ʌv; əv][pɔːrk] , [kʌt]['ɪntuː][smɔːl] ['piːsɪz] ; [ɔːr] ,

Put	into	the	stock	the	slices	of	pork	,	cut	into	small	pieces	;	or	,
放	进入	这	库存	这	切片	的	猪肉	,	切	进入	小的	件	;	或者	,

将切成小块的猪肉片放入高汤中；或者，

[ɪf] [dɪˈzaɪrd] , [ə; eɪ][hæm][boʊn] [meɪ] [biː; bi] ['sʌbstɪtjutɪd] [fɔːr; fər][ðə; ðɪ][pɔːrk] .

if	desired	,	a	ham	bone	may	be	substituted	for	the	pork	.
如果	想要的	,	一个	火腿	骨	可能	是	替代	为了	这	猪肉	.

如果需要，可以用火腿骨代替猪肉。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ðɪ][təˈmeɪtoʊz] , [kʌt][ˈɪntuː][smɔːl] ['piːsɪz] ['ɔːlsoʊ] , [ðə; ðɪ]['ʌnjənz] , [ɪn][smɔːl] ['piːsɪz] ,

Add	the	tomatoes	,	cut	into	small	pieces	also	,	the	onions	,	in	small	pieces	,
添加	这	西红柿	,	切	进入	小的	件	还	,	这	洋葱	,	在	小的	件	,

[ænd; ənd][ðə; ðɪ][raɪs] .

and	the	rice	.
和	这	米	.

加入切成小块的西红柿、切成小块的洋葱和米饭。

[bɔɪl] [ɔːl] [təˈgeðər] [ʌnˈtɪl][ðə; ðɪ][raɪs][ɪz] [kʊkt] .

Boil	all	together	until	the	rice	is	cooked	.
熬	全部	一起	直到	这	米	是	煮熟	.

将所有食材一起煮至米饭熟透。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ðɪ] [biːnz] [ænd; ənd][ðə; ðɪ] ['piːz] [ænd; ənd] [kʊk] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][lɔːŋgər] .

Then	add	the	beans	and	the	peas	and	cook	a	little	longer	.
然后	添加	这	豆子	和	这	豌豆	和	厨师	一个	小的	更长	.

然后加入豆子和豌豆，再煮一会儿。

[ðə; ðɪ] [suːp] [ɪz] ['redi] [wen] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [θɪk] .

The	soup	is	ready	when	it	is	thick	.
这	汤	是	准备好	什么时候	它	是	厚的	.

汤变稠就可以了。

[ɪf] [dɪˈzaɪrd] , [ðɪs] ['tʃaʊdər] [kæn; kən][biː; bi] [meɪd] [wɪð; wɪθ] [fɪʃ] [brɔːθ] [ɪnˈsted] [ʌv; əv][ðə; ðɪ] [stɑːk] ,

If	desired	,	this	chowder	can	be	made	with	fish	broth	instead	of	the	stock	,
如果	想要的	,	这	浓汤	能	是	制成	和	鱼	肉汤	反而	的	这	库存	,

如果需要，这道浓汤可以用鱼汤代替高汤来制作。

[ænd; ənd][wɪð; wɪθ][ðə; ði] [ə'dɪʃ(ə)n] [ʌv; əv] [ʃ'rɪmps] [wɪtʃ] [hæv; həv] [bɪn] ['teɪkən][frʌm; frəm][ðer; ðər]

and	with	the	addition	of	shrimps	which	have	been	taken	from	their
和	和	这	添加	的	虾	哪个	有	到过	已采取	从	他们的

['ʃɛlz] .

shells	.
贝壳	.

还加入了去壳的虾仁。

[ðɪs] [dɪʃ] [kæn; kən][biː; bi] [sɜːrvd] [hɑːt][ɔːr][koʊld] .

This	dish	can	be	served	hot	or	cold	.
这	盘子	能	是	服务	热的	或者	寒冷的	.

这道菜可以热食也可以冷食。

[fɪʃ] [brɔːθ] (['broʊdoʊ][ˌdiː 'aɪ] ['pɛs])

FISH	BROTH	(	Brodo	di	Pesce	)
鱼	肉汤	(	布罗多	迪	佩斯	)

鱼汤（Brodo di Pesce）

[wʌn]['lɪbərəl] [paʊnd] [ʌv; əv] [freʃ] ['kɑːdfɪʃ] , [ɔːr]['eni] ['ʌðər] [liːn] [fɪʃ] [fɔːr; fər] ['bɔɪlɪŋ]

1	liberal	pound	of	fresh	codfish	,	or	any	other	lean	fish	for	boiling
1	自由主义	磅	的	新鲜的	鳕鱼	,	或者	任何	其他	倾斜	鱼	为了	沸腾

1磅新鲜鳕鱼，或其他任何适合煮的瘦鱼

[wʌn][kwɔːrt][ʌv; əv]['wɔːtər]

1	quart	of	water
1	夸脱	的	水

1夸脱水

[wʌn] ['ʌnjən]

1	onion
1	洋葱

1个洋葱

['pɑːrsli]

Parsley
香菜

香菜

[sɔːlt][ænd; ənd] ['pepər]

Salt	and	pepper
盐	和	胡椒

盐和胡椒

[bɔɪl] [ʌn'tɪl] [fɪʃ] [ɪz] ['θɜːrəli] [kʊkt] ; [streɪn] [ænd; ənd] [sɜːrv] .

Boil	until	fish	is	thoroughly	cooked	;	strain	and	serve	.
熬	直到	鱼	是	彻底	煮熟	;	拉紧	和	服务	.

将鱼煮至完全熟透；沥干水分即可食用。

['kɑːdfɪʃ] [suːp] (['zʊpə] [ˌdiː 'aɪ] -)

CODFISH	SOUP	(	Zuppa	di	Merluzzo	)
鳕鱼	汤	(	汤	迪	-	)

鳕鱼汤（Zuppa di Merluzzo）

[teɪk] [wʌn] - [hæf] [paʊnd] [ʌv; əv][sɔːlt] ['kɑːdfɪʃ] [ðæt] [hæz; həz] [bɪn] [soʊkt] , [kʌt][ˌaɪ 'tiː][ʌp]['ɪntuː]

Take	one	-	half	pound	of	salt	codfish	that	has	been	soaked	,	cut	it	up	into
拿	一	-	一半	磅	的	盐	鳕鱼	那	有	到过	浸泡过	,	切	它	向上	进入

[skwer] ,

squares	,
正方形	,

取半磅浸泡过的盐渍鳕鱼，切成方块，

[bʌt; bət][nɑ:t][smɔ:l] .
but **not** **small** **.**
但 不是 小的 .

但并不小。

[prɪ'per] [ɪn][ə; eɪ] ['sɔ:spæn] [fɔ:r] ['teɪbəl,spu:nz] [ʌv; əv] [gʊd] ['ɑ:lɪv] - [ɔɪl] , [ænd; ənd][wʌn] [smɔ:l] ['ʌnjən]
Prepare **in** **a** **saucepan** **four** **tablespoons** **of** **good** **olive** **-** **oil** **,** **and** **one** **small** **onion**
准备 在 一个 平底锅 四 汤匙 的 好的 橄榄 - 油 , 和 一 小的 洋葱
[kʌt] ['ɪntu:] ['pi:sɪz] .
cut **into** **pieces** **.**
切 进入 件 .

在平底锅中准备四汤匙优质橄榄油，以及一个切成块的小洋葱。

[kʊk] [ðə; ði] ['ʌnjən] [ɪn][ðə; ði] [ɔɪl] ['oʊvər][ə; eɪ] [sloʊ] ['faɪər] , [wɪ'ðaʊt] [ə'laʊɪŋ] [ðə; ði] ['ʌnjən] [tu:; tə]
Cook **the** **onion** **in** **the** **oil** **over** **a** **slow** **fire** **,** **without** **allowing** **the** **onion** **to**
厨师 这 洋葱 在 这 油 超过 一个 慢的 火 , 没有 允许 这 洋葱 到
[bɪ'kʌm] ['kʌlərd] ,
become **colored** **,**
变得 有色 ,

用小火将洋葱放入油中慢炒，不要让洋葱变色。

[ðen] [ˌeɪ di: 'di:][ə; eɪ] [smɔ:l] [bʌntʃ] [ʌv; əv] ['pɑ:rsli] [stemz] , [ə; eɪ] [smɔ:l] [pi:s] [ʌv; əv] ['seləri] ,
then **add** **a** **small** **bunch** **of** **parsley** **stems** **,** **a** **small** **piece** **of** **celery** **,**
然后 添加 一个 小的 束 的 香菜 茎 , 一个 小的 片 的 芹菜 ,

然后加入一小束欧芹梗，一小段芹菜，

[ə; eɪ] [beɪ] - [li:f] , [ænd; ənd][ə; eɪ] [smɔ:l] [sprɪg] [ʌv; əv] [taɪm] .
a **bay** **-** **leaf** **,** **and** **a** **small** **sprig** **of** **thyme** **.**
一个 湾 - 叶子 , 和 一个 小的 枝 的 百里香 .

一片月桂叶，和一小枝百里香。

[ku:l] [fɔ:r; fər][ə; eɪ] [fju:] ['moʊmənts] , [ðen] [ˌeɪ di: 'di:] [tu:] [tə'meɪtoʊz] , [skɪnd] [ænd; ənd][wɪð; wɪθ][ðə; ði]
Cool **for** **a** **few** **moments** **,** **then** **add** **two** **tomatoes** **,** **skinned** **and** **with** **the**
凉爽的 为了 一个 很少 时刻 , 然后 添加 二 西红柿 , 去皮 和 和 这
[si:dz] [rɪ'mu:vd] ,
seeds **removed** **,**
种子 已移除 ,

稍稍冷却片刻，然后加入两个去皮去籽的番茄。

[ænd; ənd][kʌt] ['ɪntu:]['slaɪsɪz] , [tu:] ['teɪbəl,spu:nz] [ʌv; əv][draɪ] [waɪt] [waɪn] , [ænd; ənd][wʌn] ['mi:diəm] -
and **cut** **into** **slices** **,** **two** **tablespoons** **of** **dry** **white** **wine** **,** **and** **one** **medium** **-**
和 切 进入 切片 , 二 汤匙 的 干燥 白色的 葡萄酒 , 和 一 中等的 -
[saɪzd][pə'teɪtoʊ] ,
sized **potato** **,**
尺寸 土豆 ,

将土豆切片，加入两汤匙干白葡萄酒和一个中等大小的土豆，

[pi:ld] [ænd; ənd] [kʌt] ['ɪntu:]['slaɪsɪz] , [ænd; ənd] , ['læstli] , [wʌn][kʌp][ʌv; əv]['wɔ:tər] .
peeled **and** **cut** **into** **slices** **,** **and** **,** **lastly** **,** **one** **cup** **of** **water** **.**
去皮 和 切 进入 切片 , 和 , 最后 , 一 杯子 的 水 .

去皮切片，最后加入一杯水。

[wen] [ðə; ði][pə'teɪtoʊ][ɪz][hæf] [kʊkt] , [ˌeɪ di: 'di:][ðə; ði] ['kɑ:dfɪʃ] , [ðen] [wʌn] - [hæf] ['teɪblspu:n] [mɔ:r]
When **the** **potato** **is** **half** **cooked** **,** **add** **the** **codfish** **,** **then** **one** **-** **half** **tablespoon** **more**
什么时候 这 土豆 是 一半 煮熟 , 添加 这 鳕鱼 , 然后 一 - 一半 汤匙 更多的
[ʌv; əv] ['ɑ:lɪv] - [ɔɪl] .
of **olive** **-** **oil** **.**
的 橄榄 - 油 .

土豆煮至半熟时，加入鳕鱼，再加入半汤匙橄榄油。

[rɪ'muːv] [ðə; ði] ['pɑːrsli] [stemz] , [ænd; ənd][pʊt][ɪn] [ɪn'sted] [wʌn] - [hæf] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] [tʃɑːpt] -

Remove	**the**	**parsley**	**stems**	**,**	**and**	**put**	**in**	**instead**	**one**	**-**	**half**	**tablespoon**	**of**	**chopped**	**-**
消除	这	香菜	茎	,	和	放	在	反而	一	-	一半	汤匙	的	切碎	-

[ʌp] ['pɑːrsli] ;

up	**parsley**	**;**
向上	香菜	;

去掉欧芹的茎，换成半汤匙切碎的欧芹；

[ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ] [gʊd] [pɪntʃ] [ʌv; əv] ['pepər] , [ænd; ənd][sʌm; səm][sɔːlt] , [ɪf] ['niːdɪd] .

add	**a**	**good**	**pinch**	**of**	**pepper**	**,**	**and**	**some**	**salt**	**,**	**if**	**needed**	**.**
添加	一个	好的	捏	的	胡椒	,	和	一些	盐	,	如果	需要	.

如果需要，可以加一小撮胡椒粉和一些盐。

[wen] [ðə; ði]['vedʒtəb(ə)lz][ɑːr; ər] ['θɜːrəli] [kʊkt] [pɔːr] [ðə; ði] [suːp] ['oʊvər] ['piːsɪz] [ʌv; əv] ['toʊstɪd]

When	**the**	**vegetables**	**are**	**thoroughly**	**cooked**	**pour**	**the**	**soup**	**over**	**pieces**	**of**	**toasted**
什么时候	这	蔬菜	是	彻底	煮熟	倒	这	汤	超过	件	的	烤过的

[ɔːr][fraɪd] [bred] ,

or	**fried**	**bread**	**,**
或者	油煎	面包	,

蔬菜煮熟后，将汤浇在烤面包片或炸面包片上。

[ænd; ənd] [sɜːrv] .

and	**serve**	**.**
和	服务	.

上菜。

['lentl] [suːp] (['broʊdoʊ][ˌdiː 'aɪ] [lɛntɪki])

LENTIL	**SOUP**	**(**	**Brodo**	**di**	**Lenticchie**	**)**
扁豆	汤	(	布罗多	迪	扁豆	)

扁豆汤（Brodo di Lenticchie）

[θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv][draɪd]['lentəlz][wʌn] / [ˌtuː'tuː] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['bʌtər] [ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz]

3	**tablespoons**	**of**	**dried**	**lentils**	**1**	**/**	**2**	**tablespoon**	**of**	**butter**	**2**	**tablespoons**
3	汤匙	的	干燥	扁豆	1	/	2	汤匙	的	黄油	2	汤匙

[ʌv; əv] [kriːm] [miːt] [stɑːk]

of	**cream**	**Meat**	**stock**
的	奶油	肉	库存

3汤匙干扁豆，1/2汤匙黄油，2汤匙奶油，肉汤

['kʌvər] [ðə; ði]['lentəlz][wɪð; wɪθ]['wɔːtər][ænd; ənd][bɔɪl] [ʌn'tɪl] [ðeɪ] [ɑːr; ər][kwaɪt][sɔːft] .

Cover	**the**	**lentils**	**with**	**water**	**and**	**boil**	**until**	**they**	**are**	**quite**	**soft**	**.**
覆盖	这	扁豆	和	水	和	熬	直到	他们	是	相当	柔软的	.

将扁豆加水没过，煮至完全软烂。

[pæs] [ðem; ðəm] [θruː] [ə; eɪ]['kɑːləndər][ɔːr][ə; eɪ] [sɪv] .

Pass	**them**	**through**	**a**	**colander**	**or**	**a**	**sieve**	**.**
经过	他们	通过	一个	滤器	或者	一个	筛	.

用漏勺或筛子过滤。

[melt][ðə; ði] ['bʌtər] [ɪn][ə; eɪ] ['sɔːspæn] , [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði]['lentəlz][ænd; ənd] [kriːm] , ['mɪksɪŋ] [wel] ,

Melt	**the**	**butter**	**in**	**a**	**saucepan**	**,**	**add**	**the**	**lentils**	**and**	**cream**	**,**	**mixing**	**well**	**,**
熔化	这	黄油	在	一个	平底锅	,	添加	这	扁豆	和	奶油	,	混合	出色地	,

在平底锅中融化黄油，加入扁豆和奶油，搅拌均匀。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ] ['ledlfəl] [ʌv; əv][ðə; ði] [stɑːk] , [ænd; ənd][bɔɪl][fɔːr; fər][ə; eɪ][fjuː] ['mɪnɪts] ;

then	**add**	**a**	**ladleful**	**of**	**the**	**stock**	**,**	**and**	**boil**	**for**	**a**	**few**	**minutes**	**;**
然后	添加	一个	一勺	的	这	库存	,	和	熬	为了	一个	很少	分钟	;

然后加入一勺高汤，煮几分钟；

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði][rest][ʌv; əv][ðə; ði][dɪ'zaɪrd] [ə'maʊnt][ʌv; əv] [stɑːk] , [ə; eɪ] ['ledlfəl] [æt; ət][ə; eɪ][taɪm]
then **add** **the** **rest** **of** **the** **desired** **amount** **of** **stock** **,** **a** **ladleful** **at** **a** **time**
然后 添加 这 休息 的 这 想要的 数量 的 库存 , 一个 一勺 在 一个 时间
.
:
.

然后一勺一勺地加入剩余的所需量的肉汤。

['vedʒtəb(ə)l] [suːp] (['zʊpə] ['ɑːlə] -)
VEGETABLE **SOUP** **(** **Zuppa** **alla** **Primaverile** **)**
蔬菜 汤 (汤 阿拉 -)

蔬菜汤（Zuppa alla Primaverile）

[teɪk] [sʌm; səm] ['kæbɪdʒ] , ['kærəts] , ['seləri] , ['ʌnjənz] , ['tɜːnɪps] , ['letɪs] , [skwɑːʃ] , [pə'tetoz] ,
Take **some** **cabbage** **,** **carrots** **,** **celery** **,** **onions** **,** **turnips** **,** **lettuce** **,** **squash** **,** **potatoes** **,**
拿 一些 卷心菜 , 胡萝卜 , 芹菜 , 洋葱 , 萝卜 , 莴苣 , 壁球 , 土豆 ,
[biːnz] , [ænd; ənd] ['piːz] .
beans **,** **and** **peas** **.**
豆子 , 和 豌豆 .

取一些卷心菜、胡萝卜、芹菜、洋葱、芜菁、生菜、南瓜、土豆、豆角和豌豆。

[tʃɑːp] [iːtʃ] ['ɪntuː] ['veri] [smɔːl] ['piːsɪz] , [wɑːʃ] [ænd; ənd][dreɪn] .
Chop **each** **into** **very** **small** **pieces** **,** **wash** **and** **drain** **.**
劈 每个 进入 非常 小的 件 , 洗 和 流走 .

将每种食材切成小块，洗净沥干。

[teɪk] [ə; eɪ] ['sɔːspæn] , [pʊt][ɪn][ə; eɪ] ['hiːpɪŋ] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['bʌtər] ;
Take **a** **saucepan** **,** **put** **in** **a** **heaping** **tablespoon** **of** **butter** **;**
拿 一个 平底锅 , 放 在 一个 堆积 汤匙 的 黄油 ;

取一个平底锅，放入一大勺黄油；

[tʃɑːp] [ʌp] [ə'nʌðər] [smɔːl] [piːs] [ʌv; əv] ['ʌnjən] [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][tuː; tə] ['bʌtər] [ænd; ənd][fraɪ][ʌn'tɪl]
chop **up** **another** **small** **piece** **of** **onion** **and** **add** **to** **butter** **and** **fry** **until**
劈 向上 其他 小的 片 的 洋葱 和 添加 到 黄油 和 炒 直到
['ʌnjən][ɪz]['goʊldən] ;
onion **is** **golden** **;**
洋葱 是 金的 ;

再切一小块洋葱，加入黄油中煎至金黄色；

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ɔːl][ðə; ði]['vedʒtəb(ə)lz] , [sɔːlt] , [ænd; ənd] ['pepər] , [ænd; ənd]['kʌvər][ðə; ði] ['sɔːspæn] .
then **add** **all** **the** **vegetables** **,** **salt** **,** **and** **pepper** **,** **and** **cover** **the** **saucepan** **.**
然后 添加 全部 这 蔬菜 , 盐 , 和 胡椒 , 和 覆盖 这 平底锅 .

然后加入所有蔬菜、盐和胡椒粉，盖上锅盖。

[wen] [ðə; ði]['vedʒtəb(ə)lz][ɑːr; ər][hæf] [kʊkt] , [ænd; ənd][ðer; ðər][dʒuːs][hæz; həz] [bɪ'kʌm] [əb'zɔːrbd] ,
When **the** **vegetables** **are** **half** **cooked** **,** **and** **their** **juice** **has** **become** **absorbed** **,**
什么时候 这 蔬菜 是 一半 煮熟 , 和 他们的 汁 有 变得 吸收 ,

当蔬菜半熟，水分被吸收后，

[dɪ'zɑːlv] [wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv][tə'meɪtoʊ] [peɪst] [ɪn][wʌn] - [θɜːrd][ʌv; əv][ə; eɪ][kʌp][ʌv; əv][hɑːt]['wɔːtər] ,
dissolve **one** **tablespoon** **of** **tomato** **paste** **in** **one** **-** **third** **of** **a** **cup** **of** **hot** **water** **,**
溶解 一 汤匙 的 番茄 粘贴 在 一 - 第三 的 一个 杯子 的 热的 水 ,
[ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː] .
and **add** **.**
和 添加 .

将一汤匙番茄酱溶于三分之一杯热水中，然后加入。

[ɪn'sted] [ʌv; əv][ðə; ði][tə'meɪtoʊ] [peɪst] [ðer; ðər] [meɪ] [bi:; bi] ['ædɪd] [tu:; tə][ðə; ði]['ʌnjən] , [bɪ'fɔ:r] ['pʊtɪŋ]

Instead	**of**	**the**	**tomato**	**paste**	**there**	**may**	**be**	**added**	**to**	**the**	**onion**	**,**	**before**	**putting**
反而	的	这	番茄	粘贴	那里	可能	是	额外	到	这	洋葱	,	前	推杆

[ɪn][ðə; ði]['vedʒtəb(ə)lz] ,

in	**the**	**vegetables**	**,**
在	这	蔬菜	,

也可以在放入蔬菜之前，先在洋葱中加入番茄酱，而不是番茄酱。

[wʌn][tə'meɪtoʊ] , [pi:ld] [ænd; ənd] [kʌt] ['ɪntu:] [smɔ:l] ['pi:sɪz] .

one	**tomato**	**,**	**peeled**	**and**	**cut**	**into**	**small**	**pieces**	**.**
一	番茄	,	去皮	和	切	进入	小的	件	.

一个番茄，去皮切成小块。

[wen] [ðə; ði][tə'meɪtoʊ][ɪz] [kʊkt] [ˌeɪ di: 'di:][ðə; ði]['vedʒtəb(ə)lz] .

When	**the**	**tomato**	**is**	**cooked**	**add**	**the**	**vegetables**	**.**
什么时候	这	番茄	是	煮熟	添加	这	蔬菜	.

番茄煮熟后，加入蔬菜。

[ðen] [ˌeɪ di: 'di:]['wɔ:tər] , [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][æt; ət][ə; eɪ][taɪm] , [ʌn'tɪl][ju:; jʊ][hæv; həv] [sə'fɪʃ(ə)nt] ['kwɑ:ntəti]

Then	**add**	**water**	**,**	**a**	**little**	**at**	**a**	**time**	**,**	**until**	**you**	**have**	**sufficient**	**quantity**
然后	添加	水	,	一个	小的	在	一个	时间	,	直到	你	有	充足的	数量

[fɔ:r; fər] [tu:] ['pɜ:sənz] .

for	**two**	**persons**	**.**
为了	二	人	.

然后一点一点地加水，直到加到足够两个人吃的量。

[teɪk] [ə; eɪ] [slaɪs] [ʌv; əv] [bred] [ænd; ənd] [kʌt] ['ɪntu:] [smɔ:l] [skwer] [ɔ:r]['daiəmənds] — [toʊst] [ɔ:r][fraɪ]

Take	**a**	**slice**	**of**	**bread**	**and**	**cut**	**into**	**small**	**squares**	**or**	**diamonds**	**—**	**toast**	**or**	**fry**
拿	一个	片	的	面包	和	切	进入	小的	正方形	或者	钻石	—	吐司	或者	炒

[æz; əz] [dɪ'zaɪrd] — [pʊt] [ði:z] ['ɪntu:][ðə; ði] [su:p] [pleɪts] ,

as	**desired**	**—**	**put**	**these**	**into**	**the**	**soup**	**plates**	**,**
作为	想要的	—	放	这些	进入	这	汤	盘子	,

取一片面包，切成小方块或菱形——根据喜好烤或煎——放入汤盘中。

[ænd; ənd] [pɔ:r] [ðə; ði] [su:p] ([wɪ'ðaʊt] ['streɪnɪŋ]) ['oʊvər][ðem; ðəm] .

and	**pour**	**the**	**soup**	**(**	**without**	**straining**	**)**	**over**	**them**	**.**
和	倒	这	汤	(	没有	紧张	)	超过	他们	.

然后将汤（无需过滤）浇在他们身上。

['letɪs] [su:p] (['zʊpə] [ˌdi: 'aɪ] -)

LETTUCE	**SOUP**	**(**	**Zuppa**	**di**	**Lattuga**	**)**
莴苣	汤	(	汤	迪	-	)

生菜汤（Zuppa di Lattuga）

[wʌn] [smɔ:l] ['letɪs] [mi:t] [stɑ:k] [ˌtu:'tu:] [pə'tetoz]

1	**small**	**lettuce**	**Meat**	**stock**	**2**	**potatoes**
1	小的	莴苣	肉	库存	2	土豆

1 份小生菜、肉汤、2 个土豆

[ðə; ði] [li:vz] [ʌv; əv][ə; eɪ] [hed] [ʌv; əv] ['seləri] [ˌtu:'tu:] ['teɪbəlˌspu:nz] [ʌv; əv] ['pi:z] ,

The	**leaves**	**of**	**a**	**head**	**of**	**celery**	**2**	**tablespoons**	**of**	**peas**	**,**
这	树叶	的	一个	头	的	芹菜	2	汤匙	的	豌豆	,

一棵芹菜的叶子，2汤匙豌豆，

[freʃ] [ɔ:r] [kænd] [wʌn] ['hi:pɪŋ] ['teɪblspu:n] [ʌv; əv]['flaʊər]

fresh	**or**	**canned**	**1**	**heaping**	**tablespoon**	**of**	**flour**
新鲜的	或者	罐装	1	堆积	汤匙	的	面粉

新鲜或罐装面粉 1 满勺

[pʊt][ðə; ði] [pə'tetoz] , [koʊld] [bɔɪld] , ['ɪntuː][ðə; ði] [stɑːk] [wen] [ˌaɪ 'tiː][bɔɪlz] , [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] ['seləri]

Put	**the**	**potatoes**	**,**	**cold**	**boiled**	**,**	**into**	**the**	**stock**	**when**	**it**	**boils**	**,**	**add**	**the**	**celery**
放	这	土豆	,	寒冷的	煮沸	,	进入	这	库存	什么时候	它	沸腾	,	添加	这	芹菜

[liːvz] ,

leaves	**,**
树叶	,

将冷煮过的土豆放入沸腾的肉汤中，加入芹菜叶。

[ðə; ði] ['letɪs] [tʃɑːpt] [ʌp] , [ðə; ði] ['piːz] ,

the	**lettuce**	**chopped**	**up**	**,**	**the**	**peas**	**,**
这	莴苣	切碎	向上	,	这	豌豆	,

切碎的生菜，豌豆，

[ænd; ənd][ðə; ði]['flaʊər] [mɪkst] [wel] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][koʊld] [stɑːk] [ɔːr]['wɔːtər] .

and	**the**	**flour**	**mixed**	**well**	**with**	**a**	**little**	**cold**	**stock**	**or**	**water**	**.**
和	这	面粉	混合	出色地	和	一个	小的	寒冷的	库存	或者	水	.

将面粉与少量冷高汤或水充分混合。

[bɔɪl][fɔːr; fər][wʌn]['aʊər][ænd; ənd][ə; eɪ][hæf] , [ænd; ənd] [sɜːrv] [wɪð; wɪθ]['lɪt(ə)l] [skwer] [ʌv; əv][fraɪd]

Boil	**for**	**one**	**hour**	**and**	**a**	**half**	**,**	**and**	**serve**	**with**	**little**	**squares**	**of**	**fried**
熬	为了	一	小时	和	一个	一半	,	和	服务	和	小的	正方形	的	油煎

[bred] .

bread	**.**
面包	.

煮一个半小时，配上炸面包丁即可食用。

['pʌmpkɪn] [suːp] (['zʊpə] [ˌdiː 'aɪ]['zuːkə])

PUMPKIN	**SOUP**	**(**	**Zuppa**	**di**	**Zucca**	**)**
南瓜	汤	(	汤	迪	祖卡	)

南瓜汤（Zuppa di Zucca）

[wʌn][slaɪs][ʌv; əv] ['pʌmpkɪn] [ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['bʌtər] [wʌn] / [ˌtuː'tuː][kʌp][ʌv; əv]['wɔːtər][wʌn] -

1	**slice**	**of**	**pumpkin**	**2**	**tablespoons**	**of**	**butter**	**1**	**/**	**2**	**cup**	**of**	**water**	**1**	**-**
1	片	的	南瓜	2	汤匙	的	黄油	1	/	2	杯子	的	水	1	-

[wʌn] / [ˌtuː'tuː][kʌps][ʌv; əv][mɪlk][wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv]['ʃʊgər]

1	**/**	**2**	**cups**	**of**	**milk**	**1**	**tablespoon**	**of**	**sugar**
1	/	2	杯子	的	牛奶	1	汤匙	的	糖

1 片南瓜，2 汤匙黄油，1/2 杯水，1.5 杯牛奶，1 汤匙糖

[piːl] [ðə; ði] ['pʌmpkɪn] [ænd; ənd] [rɪ'muːv] [ðə; ði] [siːdz] , [kʌt]['ɪntuː][smɔːl] ['piːsɪz] ,

Peel	**the**	**pumpkin**	**and**	**remove**	**the**	**seeds**	**,**	**cut**	**into**	**small**	**pieces**	**,**
果皮	这	南瓜	和	消除	这	种子	,	切	进入	小的	件	,

将南瓜去皮去籽，切成小块。

[ænd; ənd][pʊt]['ɪntuː][ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] ['bʌtər] , [ðə; ði]['ʃʊgər] , [ə; eɪ] [pɪntʃ] [ʌv; əv][sɔːlt] ,

and	**put**	**into**	**a**	**saucepan**	**with**	**the**	**butter**	**,**	**the**	**sugar**	**,**	**a**	**pinch**	**of**	**salt**	**,**
和	放	进入	一个	平底锅	和	这	黄油	,	这	糖	,	一个	捏	的	盐	,

[ænd; ənd][ðə; ði]['wɔːtər] .

and	**the**	**water**	**.**
和	这	水	.

将它们放入平底锅中，加入黄油、糖、一小撮盐和水。

[bɔɪl][fɔːr; fər] [tuː] ['aʊərz] , [ðen] [dreɪn][ænd; ənd][pʊt] [bæk] ['ɪntuː][ðə; ði] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ][ðə; ði][mɪlk]

Boil	**for**	**two**	**hours**	**,**	**then**	**drain**	**and**	**put**	**back**	**into**	**the**	**saucepan**	**with**	**the**	**milk**
熬	为了	二	小时	,	然后	流走	和	放	后退	进入	这	平底锅	和	这	牛奶

,

,

,

煮两个小时，然后沥干水分，放回装有牛奶的平底锅中。

[wɪtʃ] [hæz; həz] [bɪn] [bɔɪld] .
which has been boiled .
哪个 有 到过 煮沸 .

已经煮沸了。

[ə'laʊ] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə] [kʌm] [tuː; tə][ə; eɪ][bɔɪl] , [ænd; ənd] [ðen] [sɜːrv] [ˌaɪ 'tiː][wɪð; wɪθ] [skwer] [ʌv; əv][fraɪd]
Allow it to come to a boil , and then serve it with squares of fried
允许 它 到 来 到 一个 熬 , 和 然后 服务 它 和 正方形 的 油煎
[bred] .
bread .
面包 .

煮沸后，配上炸面包块即可食用。

[pə'teɪtoʊ] [suːp] (['zʊpə] ['ɑːlə] [ˌprɑːvɪn'ʃɑːli])
POTATO SOUP (Zuppa alla Provinciale)
土豆 汤 (汤 阿拉 省)

土豆汤（Zuppa alla Provincee）

[ˌtuː'tuː][lɑːrdʒ] [pə'tetoz] [θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] [kriːm] [ɔːr] [mɪlk] [ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['bʌtər]
2 large potatoes 3 tablespoons of cream or milk 2 tablespoons of butter
2 大的 土豆 3 汤匙 的 奶油 或者 牛奶 2 汤匙 的 黄油
[ˌtuː'tuː] [joʊk] [ʌv; əv] [egz] [suːp] [stɑːk]
2 yolks of eggs Soup stock
2 蛋黄 的 鸡蛋 汤 库存

2个大土豆，3汤匙奶油或牛奶，2汤匙黄油，2个蛋黄，汤料

[bɔɪl] [ðə; ði] [pə'tetoz] , [ðen] [rʌb] [ðem; ðəm] [θruː] [ə; eɪ] [sɪv] .
Boil the potatoes , then rub them through a sieve .
熬 这 土豆 , 然后 擦 他们 通过 一个 筛 .

将土豆煮熟，然后用筛子筛一下。

[pʊt] [ðem; ðəm] ['ɪntuː] [ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['bʌtər] , [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] [sɔːlt] , [ænd; ənd] [ðə; ði] [kriːm]
Put them into a saucepan with the butter , a little salt , and the cream
放 他们 进入 一个 平底锅 和 这 黄油 , 一个 小的 盐 , 和 这 奶油
[ɔːr] [mɪlk] .
or milk .
或者 牛奶 .

将它们放入平底锅中，加入黄油、少许盐和奶油或牛奶。

['sɪmər] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [θɪk] ,
Simmer until it is thick ,
煨 直到 它 是 厚的 ,

小火慢炖至浓稠，

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] [joʊk] [ʌv; əv][ðə; ði] [tuː] [egz] [tuː; tə][fɔːrm][ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː][ə; eɪ] [peɪst] .
then add the yolks of the two eggs to form it into a paste .
然后 添加 这 蛋黄 的 这 二 鸡蛋 到 形式 它 进入 一个 粘贴 .

然后加入两个鸡蛋的蛋黄，将其搅拌成糊状。

[tɜːrn] [aʊt] ['ɑːntə][ðə; ði] [bred] - [bɔːrd] , [kʌt] ['ɪntuː] [smɔːl] [daɪs] , [ænd; ənd] [θroʊ] [ðem; ðəm] ['ɪntuː][ðə; ði]
Turn out onto the bread - board , cut into small dice , and throw them into the
转动 出去 到 这 面包 - 木板 , 切 进入 小的 骰子 , 和 扔 他们 进入 这
[stɑːk] ,
stock ,
库存 ,

将面团翻到砧板上，切成小丁，放入高汤中。

[wɪtʃ] [mʌst; məst][biː; bi] ['bɔɪlɪŋ] .
which must be boiling .
哪个 必须 是 沸腾 .

水必须沸腾。

[ɪf] [dɪ'zaɪrd] , [bɪ'fɔːr] ['sɜːrvɪŋ] ['sprɪŋk(ə)l][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['pɑːrməzɑːn,'pɑːrməzæn] [tʃiːz] ['ɪntuː][ðə; ði] [suːp] .

If	desired	,	before	serving	sprinkle	a	little	Parmesan	cheese	into	the	soup	.
如果	想要的	,	前	服务	撒	一个	小的	帕尔马干酪	奶酪	进入	这	汤	.

如果喜欢，可以在上菜前在汤里撒上少许帕玛森奶酪。

[ˌmækə'roʊni] [ænd; ənd] ['ʌðər] [peɪsts]

MACARONI	AND	OTHER	PASTES
通心粉	和	其他	糊状物

通心粉和其他酱料

[ˌmækə'roʊni]

MACARONI
通心粉

通心粉

[wɪð; wɪθ][tə'meɪtoʊ] [sɔːs] ([ˌmækə'roʊni] [ɑːl]['suː.goʊ])

WITH	TOMATO	SAUCE	(	Maccheroni	al	Sugo	)
和	番茄	酱	(	通心粉	al	sugo	)

配番茄酱（Maccheroni al Sugo）

[ˌtuː'tuː] [kwɔːts] [ʌv; əv]['wɔːtər][θriː] / [fɔːr] [paʊnd] [ʌv; əv][ˌmækə'roʊni]

2	quarts	of	water	3	/	4	pound	of	macaroni
2	夸脱	的	水	3	/	4	磅	的	通心粉

2夸脱水，3/4磅通心粉

[bɔɪl] [ðə; ði]['wɔːtər] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː] [meɪks] [bɪg] ['bʌblz] .

Boil	the	water	until	it	makes	big	bubbles	.
熬	这	水	直到	它	制作	大的	气泡	.

将水煮沸至产生大气泡。

[ˌeɪ diː 'diː][sɔːlt] , [ðen] [breɪk] [ðə; ði][ˌmækə'roʊni][ænd; ənd] [pʊt] [ˌaɪ 'tiː][ɪn] .

Add	salt	,	then	break	the	macaroni	and	put	it	in	.
添加	盐	,	然后	休息	这	通心粉	和	放	它	在	.

加盐，然后把通心粉掰碎放进去。

['kʌvər] [ðə; ði] ['sɔːspæn] [ænd; ənd] [bɔɪl] [fɔːr; fər] [ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] .

Cover	the	saucepan	and	boil	for	fifteen	minutes	.
覆盖	这	平底锅	和	熬	为了	十五	分钟	.

盖上锅盖，煮十五分钟。

[ðə; ði] ['sɔːspæn] [ʃʊd; ʃəd][nɑːt][biː; bi] [tuː] [smɔːl] , ['ʌðərwaɪz] [ðə; ði][ˌmækə'roʊni] [wɪl] [stɪk] [tuː; tə][ðə; ði]

The	saucepan	should	not	be	too	small	,	otherwise	the	macaroni	will	stick	to	the
这	平底锅	应该	不是	是	也	小的	,	否则	这	通心粉	将要	戳	到	这

['bɑːtəm] .

bottom	.
底部	.

平底锅不宜太小，否则通心粉会粘在锅底。

[prɪ'per] [ðə; ði] [sɔːs] [æz; əz] ['fɑːloʊz] :

Prepare	the	sauce	as	follows	:
准备	这	酱	作为	跟随	:

按以下步骤准备酱汁：

[teɪk] [ə; eɪ] [gʊd] [slaɪs] [ʌv; əv][hæm][fæt] , [ænd; ənd] [tʃɑːp] ['veri] [faɪn] [wɪð; wɪθ][ˌaɪ 'tiː][ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv]

Take	a	good	slice	of	ham	fat	,	and	chop	very	fine	with	it	a	piece	of
拿	一个	好的	片	的	火腿	胖的	,	和	劈	非常	美好的	和	它	一个	片	的

['ʌnjən] ,

onion	,
洋葱	,

取一片肥厚的火腿，将其与一块洋葱一起切碎。

[ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv] ['seləri] , [ænd; ənd][sʌm; səm] ['pɑːrsli] .

a	piece	of	celery	,	and	some	parsley	.
一个	片	的	芹菜	,	和	一些	香菜	.

一根芹菜和一些欧芹。

[ðen] [pʊt] [ðɪs] ['ɪntuː][ə; eɪ] ['fraɪɪŋ] - [pæn][ænd; ənd] [kʊk] [ʌn'tɪl][ðə; ði] [griːs] [ɪz] ['kʌlərd] .

Then	put	this	into	a	frying	-	pan	and	cook	until	the	grease	is	colored	.
然后	放	这	进入	一个	煎炸	-	平底锅	和	厨师	直到	这	润滑脂	是	有色	.

然后将其放入煎锅中，煎至油脂变色。

([ɪf] [dɪ'zaɪrd] , [ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ] [smɔːl] [lʌmp] [ʌv; əv] ['bʌtər] .)

(	If	desired	,	add	a	small	lump	of	butter	.	)
(	如果	想要的	,	添加	一个	小的	块	的	黄油	.	)

（如果需要，可以加入一小块黄油。）

[wen] [wel] ['kʌlərd] [ˌeɪ diː 'diː] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv][tə'meɪtoʊ] [peɪst] [dɪ'zɑːlvd] [ɪn][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][hɑːt]

When	well	colored	add	two	tablespoons	of	tomato	paste	dissolved	in	a	little	hot
什么时候	出色地	有色	添加	二	汤匙	的	番茄	粘贴	溶解	在	一个	小的	热的

['wɔːtər] .

water	.
水	.

待酱汁上色后，加入两汤匙溶于少量热水的番茄酱。

[bɔɪl] [ɔːl] [tə'geðər] [fɔːr; fər] [ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] .

Boil	all	together	for	fifteen	minutes	.
熬	全部	一起	为了	十五	分钟	.

将所有材料一起煮十五分钟。

[dreɪn] [ðə; ði][ˌmækə'roʊni] , [ænd; ənd] [pʊt] [ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː][ðə; ði] ['fraɪɪŋ] - [pæn][wɪð; wɪθ][ðə; ði] [sɔːs] ,

Drain	the	macaroni	,	and	put	it	into	the	frying	-	pan	with	the	sauce	,
流走	这	通心粉	,	和	放	它	进入	这	煎炸	-	平底锅	和	这	酱	,

将通心粉沥干水分，放入煎锅中与酱汁一起翻炒。

[mɪks] [wel] [wɪð; wɪθ][fɔːrk][ænd; ənd] [spuːn] ['oʊvər][ðə; ði]['faɪər] , [soʊ] [ðæt] [ðə; ði][ˌmækə'roʊni] [wɪl] [biː; bi]

mix	well	with	fork	and	spoon	over	the	fire	,	so	that	the	macaroni	will	be
混合	出色地	和	叉	和	勺子	超过	这	火	,	所以	那	这	通心粉	将要	是

['θɜːrəli] ['siːznd] ,

thoroughly	seasoned	,
彻底	经验丰富的	,

用叉子和勺子在火上充分搅拌，使通心粉充分入味。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː] [θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv]['greɪtɪd]['pɑːrməzɑːnˌ'pɑːrməzæn] [tʃiːz] , [mɪks] [ə'gen] ,

then	add	three	tablespoons	of	grated	Parmesan	cheese	,	mix	again	,
然后	添加	三	汤匙	的	磨碎的	帕尔马干酪	奶酪	,	混合	再次	,

[ænd; ənd] [sɜːrv] .

and	serve	.
和	服务	.

然后加入三汤匙磨碎的帕玛森奶酪，再次搅拌均匀，即可食用。

[ɪf] [noʊ][tə'meɪtoʊ] [peɪst] [ɪz][ə'veɪləb(ə)l] [meɪk] [ðə; ði][tə'meɪtoʊ] [sɔːs] [æz; əz] ['fɑːloʊz] :

If	no	tomato	paste	is	available	make	the	tomato	sauce	as	follows	:
如果	不	番茄	粘贴	是	可用的	制作	这	番茄	酱	作为	跟随	:

如果没有番茄酱，请按以下步骤制作番茄酱：

[tʃɑːp] [ʌp] [faɪn] [wʌn] - ['kwɔːrtər][ʌv; əv][æn; ən]['ʌnjən] , [ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv] ['seləri] [ðə; ði][leŋkθ; leŋθ][ʌv; əv]

Chop	up	fine	one	-	quarter	of	an	onion	,	a	piece	of	celery	the	length	of
劈	向上美好的		一	-	四分之一	的	一个	洋葱	,	一个	片	的	芹菜	这	长度	的

[ə; eɪ]['fɪŋgər] ,

a	finger	,
一个	手指	,

将四分之一的洋葱和一根手指长的芹菜切碎，

[tuː] [ɔːr] [θriː] ['beɪzl] - [liːvz] , [ænd; ənd][ə; eɪ] [smɔːl] [bʌntʃ] [ʌv; əv] ['pɑːrsli] .

two	or	three	basil	-	leaves	,	and	a	small	bunch	of	parsley	.
二	或者	三	罗勒	-	树叶	,	和	一个	小的	束	的	香菜	.

两三片罗勒叶，和一小束欧芹。

[slaɪs] ['sev(ə)n][ɔːr] [eɪt] [tə'meɪtoʊz] ([freʃ] [ɔːr] [kænd]) , [ˌeɪ diː 'diː][sɔːlt][ænd; ənd] ['pepər] ,

Slice	seven	or	eight	tomatoes	(	fresh	or	canned	)	,	add	salt	and	pepper	,
片	七	或者	八	西红柿	(	新鲜的	或者	罐装	)	,	添加	盐	和	胡椒	,

将七八个西红柿（新鲜或罐装均可）切片，加入盐和胡椒粉调味。

[ænd; ənd][pʊt][ɔːl][ɑːn] [tə'geðər] [tuː; tə] [kʊk] [ɪn] [fɔːr] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] [gʊd] ['ɑːlɪv] - [ɔɪl] .

and	put	all	on	together	to	cook	in	four	tablespoons	of	good	olive	-	oil	.
和	放	全部	在	一起	到	厨师	在	四	汤匙	的	好的	橄榄	-	油	.

将所有食材一起放入锅中，加入四汤匙优质橄榄油烹煮。

[stɜːr] [ə'keɪʒ(ə)nəli] , [ænd; ənd] [wen] [ˌaɪ 'tiː] [bɪ'kʌmz] [æz; əz] [θɪk] [æz; əz] [kriːm] , [streɪn] ,

Stir	occasionally	,	and	when	it	becomes	as	thick	as	cream	,	strain	,
搅拌	偶尔	,	和	什么时候	它	变成	作为	厚的	作为	奶油	,	拉紧	,

偶尔搅拌，当它变得像奶油一样浓稠时，过滤。

[ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði][ˌmækə'roʊni][æz; əz] [bɪ'fɔːr] [də'rektɪd] .

and	add	the	macaroni	as	before	directed	.
和	添加	这	通心粉	作为	前	指导	.

然后按照之前的指示加入通心粉。

[ˌmækə'roʊni] [wɪð; wɪθ] [miːt] [ænd; ənd] [sɔːs] ([ˌmækə'roʊni] [ɑːl]['suː.goʊ][ˌdiː 'aɪ] ['kɑːrn])

MACARONI	WITH	MEAT	AND	SAUCE	(	Maccheroni	al	sugo	di	Carne	)
通心粉	和	肉	和	酱	(	通心粉	al	sugo	迪	肉	)

肉酱通心粉 (Maccheroni al sugo di Carne)

[teɪk] [wʌn] - [hæf] [paʊnd] [ʌv; əv] [biːf] [wɪ'ðaʊt] [fæt] .

Take	one	-	half	pound	of	beef	without	fat	.
拿	一	-	一半	磅	的	牛肉	没有	胖的	.

取半磅去脂牛肉。

[prɪ'per] [ðə; ði][hæm][fæt][æz; əz][ɪn][ðə; ði] [prɪ'siːdɪŋ] [rɪ'siːt] , [tʃɑːpt] [ʌp][wɪð; wɪθ]['ʌnjən] , ['seləri] ,

Prepare	the	ham	fat	as	in	the	preceding	receipt	,	chopped	up	with	onion	,	celery	,
准备	这	火腿	胖的	作为	在	这	前	收据	,	切碎	向上	和	洋葱	,	芹菜	,

[ænd; ənd] ['pɑːrsli] .

and	parsley	.
和	香菜	.

按照前面的食谱准备火腿脂肪，与洋葱、芹菜和欧芹一起切碎。

[kʌt] [ðə; ði] [miːt] ['ɪntuː] ['sevrəl] ['piːsɪz] , [pʊt][ˌaɪ 'tiː][wɪð; wɪθ][ðə; ði][fæt] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . , ['ɪntuː]

Cut	the	meat	into	several	pieces	,	put	it	with	the	fat	,	etc	.	,	into
切	这	肉	进入	一些	件	,	放	它	和	这	胖的	,	ETC	.	,	进入

[ə; eɪ] ['fraɪɪŋ] - [pæn] .

a	frying	-	pan	.
一个	煎炸	-	平底锅	.

将肉切成几块，连同肥肉等一起放入煎锅中。

[ˌeɪ diː 'diː][sɔːlt][ænd; ənd] ['pepər] .

Add	salt	and	pepper	.
添加	盐	和	胡椒	.

加入盐和胡椒粉。

[kʊk] [ʌn'tɪl][ðə; ði] [miːt] [ɪz] ['kʌlərd] , [ðen] [ˌeɪ diː 'diː] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] [waɪn] , [waɪt] [ɔːr] [red] .

Cook	until	the	meat	is	colored	,	then	add	two	tablespoons	of	wine	,	white	or	red	.
厨师	直到	这	肉	是	有色	,	然后	添加	二	汤匙	的	葡萄酒	,	白色的	或者	红色的	.

将肉煮至上色，然后加入两汤匙葡萄酒，可以是白葡萄酒或红葡萄酒。

[wen] [ðə; ði] [waɪn] [ɪz] [əb'zɔ:rbd] [ˌeɪ di: 'di:] [tu:] ['teɪbəlˌspu:nz] [ʌv; əv] [tə'meɪtoʊ] [peɪst] [dɪ'zɑ:lvd] [ɪn] [hɑ:t]

When	the	wine	is	absorbed	add	two	tablespoons	of	tomato	paste	dissolved	in	hot
什么时候	这	葡萄酒	是	吸收	添加	二	汤匙	的	番茄	粘贴	溶解	在	热的

['wɔ:tər] .

water	.
水	.

待酒被吸收后，加入两汤匙溶于热水的番茄酱。

([ɔ:r] [tə'meɪtoʊ] [sɔ:s] [æz; əz] [ɪn] [prɪ'si:dɪŋ] .)

(	Or	tomato	sauce	as	in	preceding	.	)
(或者		番茄	酱	作为	在	前	.	)

（或者像前面提到的番茄酱。）

[bɔɪl] [ɔ:l] [tə'geðər] [fɔ:r; fər] [faɪv] ['mɪnɪts] , [wɪð; wɪθ] ['kʌvər] [ɑ:n] [ðə; ði] ['sɔ:spæn] ,

Boil	all	together	for	five	minutes	,	with	cover	on	the	saucepan	,
熬	全部	一起	为了	五	分钟	,	和	覆盖	在	这	平底锅	,

将所有材料一起煮沸，盖上锅盖，煮五分钟。

[ðen] [ˌeɪ di: 'di:] [wʌn] [kʌp] [ʌv; əv] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔ:tər] ,

then	add	one	cup	of	boiling	water	,
然后	添加	一	杯子	的	沸腾	水	,

然后加入一杯沸水，

[ænd; ənd] [ə'laʊ] [ˌaɪ 'ti:] [tu:; tə] ['sɪmər] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] [mi:t] [ɪz] ['θɜ:rəli] [kʊkt] — [ə'baʊt] [wʌn] - [hæf]

and	allow	it	to	simmer	until	the	meat	is	thoroughly	cooked	—	about	one	-	half
和	允许	它	到	煨	直到	这	肉	是	彻底	煮熟	—	关于	一	-	一半

[æn; ən] ['aʊər] .

an	hour	.
一个	小时	.

让它小火慢炖，直到肉完全煮熟——大约半小时。

[bɔɪl] [ænd; ənd] [streɪn] [ðə; ði] [ˌmækə'roʊni] [æz; əz] [bɪ'fɔ:r] , [ænd; ənd] [pɔ:r] ['oʊvər] [ˌaɪ 'ti:] [ðə; ði] [sɔ:s]

Boil	and	strain	the	macaroni	as	before	,	and	pour	over	it	the	sauce
熬	和	拉紧	这	通心粉	作为	前	,	和	倒	超过	它	这	酱

[frʌm; frəm] [ðə; ði] [mi:t] .

from	the	meat	.
从	这	肉	.

将通心粉像之前一样煮熟沥干，然后把肉酱浇在上面。

[mɪks] [wel] , [ænd; ənd] [sɜ:rv] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [mi:t] [ɪn] [ðə; ði] ['mɪd(ə)l] [ænd; ənd] [ðə; ði] [ˌmækə'roʊni]

Mix	well	,	and	serve	with	the	meat	in	the	middle	and	the	macaroni
混合	出色地	,	和	服务	和	这	肉	在	这	中间	和	这	通心粉

[ə'raʊnd] [ˌaɪ 'ti:] ,

around	it	,
大约	它	,

充分搅拌，将肉放在中间，通心粉围在周围即可食用。

[wɪð; wɪθ] [tʃi:z] (['greɪtɪd] ['pɑ:rməzɑ:nˌ'pɑ:rməzæn]) ['sprɪŋkld] ['oʊvər] [ˌaɪ 'ti:] .

with	cheese	(	grated	Parmesan	)	sprinkled	over	it	.
和	奶酪	(	磨碎的	帕尔马干酪	)	撒上	超过	它	.

上面撒上奶酪碎（帕玛森奶酪）。

[ðɪs] [dɪʃ] [kæn; kən] [bi:; bi] [meɪd] [wɪð; wɪθ] [vi:l] [ɔ:r] ['mʌt(ə)n] [ɪn'sted] [ʌv; əv] [ðə; ði] [bi:f] .

This	dish	can	be	made	with	veal	or	mutton	instead	of	the	beef	.
这	盘子	能	是	制成	和	小牛肉	或者	羊肉	反而	的	这	牛肉	.

这道菜可以用小牛肉或羊肉代替牛肉来做。

[ˌmækə'roʊni]

MACARONI
通心粉

通心粉

[wɪð; wɪθ] ['bʌtər] [ænd; ənd] [tʃiːz] ([ˌmækə'roʊni] [ɑːl]['bɜːroʊ])

WITH	BUTTER	AND	CHEESE	(	Maccheroni	al	Burro	)
和	黄油	和	奶酪	(	通心粉	al	驴子	)

配黄油和奶酪（Maccheroni al Burro）

[bɔɪl] [ænd; ənd] [dreɪn] [ðə; ði] [ˌmækə'roʊni] .

Boil	and	drain	the	macaroni	.
熬	和	流走	这	通心粉	.

将通心粉煮熟沥干。

[teɪk] [fɔːr] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['teɪbl] - ['bʌtər] , [θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['greɪtɪd]

Take	four	tablespoons	of	table	-	butter	,	three	tablespoons	of	grated
拿	四	汤匙	的	桌子	-	黄油	,	三	汤匙	的	磨碎的

['pɑːrməzɑːnˌ'pɑːrməzæn] [tʃiːz] ,

Parmesan	cheese	,
帕尔马干酪	奶酪	,

取四汤匙食用黄油，三汤匙磨碎的帕玛森奶酪，

[ˌeɪ diː 'diː] [tuː; tə] [ðə; ði] [ˌmækə'roʊni] [ɪn] [ðə; ði] ['sɔːspæn] , [mɪks] [wel] ['oʊvər] [ðə; ði] ['faɪər] , [ænd; ənd] [sɜːrv]

add	to	the	macaroni	in	the	saucepan	,	mix	well	over	the	fire	,	and	serve
添加	到	这	通心粉	在	这	平底锅	,	混合	出色地	超过	这	火	,	和	服务

.

:

.

将食材加入平底锅中的通心粉中，用火充分搅拌，即可食用。

[si'siljən] [ˌmækə'roʊni] [wɪð; wɪθ] ['egplænt]

SICILIAN	MACARONI	WITH	EGGPLANT
西西里	通心粉	和	茄子

西西里茄子通心粉

[slaɪs] [wʌn] ['egplænt] [ænd; ənd] [pʊt] [ˌaɪ 'tiː] ['ʌndər] [ə; eɪ] ['weɪtɪd] [pleɪt] [tuː; tə] ['ekstrækt; ɪk'strækt] [ðə; ði]

Slice	one	eggplant	and	put	it	under	a	weighted	plate	to	extract	the
片	一	茄子	和	放	它	在下面	一个	加权	盘子	到	提炼	这

['bɪtər] [dʒuːsiz] .

bitter	juices	.
苦的	果汁	.

将一个茄子切片，放在重物下压住，挤出苦涩的汁液。

[ðen] [fraɪ] [ðə; ði] ['slaɪsɪz] ['delɪkətli] [ɪn] [lɑːrd] .

Then	fry	the	slices	delicately	in	lard	.
然后	炒	这	切片	轻柔地	在	猪油	.

然后用猪油将切片煎至金黄。

[meɪk] [ə; eɪ] [ræ'guːˌ'rægu:] [ʌv; əv] ['tʃɪkɪnz] - ['hɑːrts] [ænd; ənd] ['lɪvɝz] [æz; əz] ['fɑːloʊz] :

Make	a	ragout	of	chickens	'	hearts	and	livers	as	follows	:
制作	一个	炖菜	的	鸡	-	心	和	肝脏	作为	跟随	:

将鸡心和鸡肝做成炖菜，做法如下：

[pʊt] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['bʌtər] ['ɪntuː] [ə; eɪ] ['sɔːspæn] , [fraɪ] [ðə; ði] ['hɑːrts] [ænd; ənd] ['lɪvɝz] ,

Put	two	tablespoons	of	butter	into	a	saucepan	,	fry	the	hearts	and	livers	,
放	二	汤匙	的	黄油	进入	一个	平底锅	,	炒	这	心	和	肝脏	,

在平底锅中放入两汤匙黄油，煎炸鸡心和鸡肝。

[ænd; ənd] [wen] [kʊkt] [ˌeɪ diː 'diː] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] [tə'meɪtoʊ] [peɪst] ,

and	when	cooked	add	two	tablespoons	of	tomato	paste	,
和	什么时候	煮熟	添加	二	汤匙	的	番茄	粘贴	,

煮熟后加入两汤匙番茄酱。

[θɪnd] [wɪð; wɪθ] [hɑːt] ['wɔːtər] ([ɔːr] [ə; eɪ] [ˌkɔːrə'spɑːndɪŋ] [ə'maʊnt] [ʌv; əv] [tə'meɪtoʊ] [sɔːs]) .

thinned	with	hot	water	(	or	a	corresponding	amount	of	tomato	sauce	)	.
变薄	和	热的	水	(	或者	一个	相应的	数量	的	番茄	酱	)	.

用热水（或等量的番茄酱）稀释。

[kʊk] [fɔːr; fər] [ˌfɪfˈtiːn] ['mɪnɪts] .
Cook **for** **fifteen** **minutes** **.**
厨师 为了 十五 分钟 .

煮十五分钟。

[prɪˈper] [θriː] - ['kwɔːrtərz][ʌv; əv][ə; eɪ] [paʊnd] [ʌv; əv][ˌmækəˈroʊni] , [bɔɪld] [ænd; ənd] [dreɪnd] ,
Prepare **three** **-** **quarters** **of** **a** **pound** **of** **macaroni** **,** **boiled** **and** **drained** **,**
准备 三 - 四分之一 的 一个 磅 的 通心粉 , 煮沸 和 排水 ,

准备四分之三磅通心粉，煮熟沥干。

[ðen] [pʊt][ˌaɪ ˈtiː]['ɪntuː][ðə; ði] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] ['hɑːrts] [ænd; ənd] ['lɪvɝz] ,
then **put** **it** **into** **the** **saucepan** **with** **the** **hearts** **and** **livers** **,**
然后 放 它 进入 这 平底锅 和 这 心 和 肝脏 ,

然后把它和心肝一起放入平底锅里。

[ˌeɪ diː ˈdiː][ðə; ði] ['egplænt] [ænd; ənd] [θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv]['greɪtɪd]['pɑːrməzɑːnˌˈpɑːrməzæn] [tʃiːz] .
add **the** **eggplant** **and** **three** **tablespoons** **of** **grated** **Parmesan** **cheese** **.**
添加 这 茄子 和 三 汤匙 的 磨碎的 帕尔马干酪 奶酪 .

加入茄子和三汤匙磨碎的帕玛森奶酪。

[mɪks] [wel] [təˈgeðər] [ænd; ənd] [sɜːrv] .
Mix **well** **together** **and** **serve** **.**
混合 出色地 一起 和 服务 .

充分搅拌后即可食用。

[ˌvɜːrmɪˈtʃeli] [wɪð; wɪθ] ['ɑːlɪv] - [ɔɪl] [ænd; ənd] ['æntʃoʊviz]
VERMICELLI **WITH** **OLIVE** **-** **OIL** **AND** **ANCHOVIES**
粉丝 和 橄榄 - 油 和 凤尾鱼

橄榄油凤尾鱼粉丝

[teɪk] [wʌn] - [hæf] [paʊnd] [ʌv; əv][ˌvɜːrmɪˈtʃeli] , [bɔɪl] [ɪn]['sɔːltɪd]['wɔːtər][ænd; ənd][dreɪn] .
Take **one** **-** **half** **pound** **of** **vermicelli** **,** **boil** **in** **salted** **water** **and** **drain** **.**
拿 一 - 一半 磅 的 粉丝 , 熬 在 咸的 水 和 流走 .

取半磅粉丝，用盐水煮熟，沥干水分。

[waɪl] ['bɔɪlɪŋ] [pʊt]['ɪntuː][ə; eɪ] ['sɔːspæn] [θriː] ['æntʃoʊviz] , [kʌt] [ʌp] [faɪn] , [wɪð; wɪθ] [fɔːr]
While **boiling** **put** **into** **a** **saucepan** **three** **anchovies** **,** **cut** **up** **fine** **,** **with** **four**
尽管 沸腾 放 进入 一个 平底锅 三 凤尾鱼 , 切 向上美好的 , 和 四
['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['ɑːlɪv] - [ɔɪl] .
tablespoons **of** **olive** **-** **oil** **.**
汤匙 的 橄榄 - 油 .

水烧开后，将三条切碎的凤尾鱼和四汤匙橄榄油放入平底锅中。

[fraɪ][ðə; ði] ['æntʃoʊviz] [ɪn][ðə; ði][ɔɪl] , [ðen] [pʊt][ðə; ði][ˌvɜːrmɪˈtʃeli]['ɪntuː][ðə; ði] ['sɔːspæn] ,
Fry **the** **anchovies** **in** **the** **oil** **,** **then** **put** **the** **vermicelli** **into** **the** **saucepan** **,**
炒 这 凤尾鱼 在 这 油 , 然后 放 这 粉丝 进入 这 平底锅 ,

先用油煎凤尾鱼，然后把粉丝放入平底锅中。

[mɪks] [wel] [fɔːr; fər][ə; eɪ] [fjuː] ['moʊmənts][ɑːn][ðə; ði]['faɪər] , [ðen] [sɜːrv] .
mix **well** **for** **a** **few** **moments** **on** **the** **fire** **,** **then** **serve** **.**
混合 出色地 为了 一个 很少 时刻 在 这 火 , 然后 服务 .

在火上翻炒片刻，然后即可食用。

[ˌvɜːrmɪˈtʃeli] [wɪð; wɪθ] ['ɑːlɪv] - [ɔɪl] , ['ɑːlɪvz] , ['keipəz] , [ænd; ənd] ['æntʃoʊviz]
VERMICELLI **WITH** **OLIVE** **-** **OIL** **,** **OLIVES** **,** **CAPERS** **,** **AND** **ANCHOVIES**
粉丝 和 橄榄 - 油 , 橄榄 , 刺山柑 , 和 凤尾鱼

橄榄油、橄榄、刺山柑和凤尾鱼粉丝

[teɪk] [wʌn] - [hæf] [paʊnd] [ʌv; əv][ˌvɜːrmɪˈtʃeli][ænd; ənd]['kʌvər][ˌaɪ ˈtiː] [wel] [wɪð; wɪθ]['sɔːltɪd]['wɔːtər] .
Take **one** **-** **half** **pound** **of** **vermicelli** **and** **cover** **it** **well** **with** **salted** **water** **.**
拿 一 - 一半 磅 的 粉丝 和 覆盖 它 出色地 和 咸的 水 .

取半磅粉丝，用盐水充分浸泡。

[kʊk] [fɔːr; fər] [əˈbaʊt] [ten] [ˈmɪnɪts] .
Cook **for** **about** **ten** **minutes** **.**
厨师 为了 关于 十 分钟 .

煮约十分钟。

[waɪl] [ˌaɪ ˈtiː][ɪz] [ˈbɔɪlɪŋ] [pʊt][ˈɪntuː][ə; eɪ] [ˈsɔːspæn] [fɔːr] [ˈteɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] [ˈɑːlɪv] - [ɔɪl] ,
While **it** **is** **boiling** **put** **into** **a** **saucepan** **four** **tablespoons** **of** **olive** **-** **oil** **,**
尽管 它 是 沸腾 放 进入 一个 平底锅 四 汤匙 的 橄榄 - 油 ,

水烧开后，在平底锅中加入四汤匙橄榄油。

[θriː] [ˈæntʃoʊviz] [kʌt] [ʌp] [faɪn] [wɪð; wɪθ] [sɪks] [ˈɑːlɪvz] ([raɪp] [wʌnz] [ˈprefrəb(ə)l]) [ænd; ənd] [wʌn] - [hæf]
three **anchovies** **cut** **up** **fine** **with** **six** **olives** **(** **ripe** **ones** **preferable** **)** **and** **one** **-** **half**
三 凤尾鱼 切 向上美好的 和 六 橄榄 (成熟 一个 优选) 和 一 - 一半
[ˈteɪblspuːn] [ʌv; əv] [ˈkeipəz] .
tablespoon **of** **capers** **.**
汤匙 的 刺山柑 .

将三条凤尾鱼切碎，加入六颗橄榄（最好是成熟的橄榄）和半汤匙刺山柑。

[wen] [ðiːz] [ɑːr; ər] [fraɪd] [ˌeɪ diː ˈdiː] [ðə; ði] [ˌvɜːrmɪˈtʃeli] ([wel] [dreɪnd]) , [mɪks] [wel] ,
When **these** **are** **fried** **add** **the** **vermicelli** **(** **well** **drained** **)** **,** **mix** **well** **,**
什么时候 这些 是 油煎 添加 这 粉丝 (出色地 排水) , 混合 出色地 ,

这些食材炒熟后，加入沥干水分的粉丝，拌匀即可。

[ænd; ənd] [pʊt] [ðə; ði] [ˈsɔːspæn] [æt; ət] [ðə; ði] [bæk] [ʌv; əv] [ðə; ði] [stoʊv] .
and **put** **the** **saucepan** **at** **the** **back** **of** **the** **stove** **.**
和 放 这 平底锅 在 这 后退 的 这 火炉 .

把平底锅放在炉灶后面。

[tɜːrn] [ðə; ði] [ˌvɜːrmɪˈtʃeli] [ˈoʊvər] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] [fɔːrk] [ˈevri] [fjuː] [ˈmɪnɪts] [ʌnˈtɪl] [ˌaɪ ˈtiː] [ɪz] [ˈθɜːrəli]
Turn **the** **vermicelli** **over** **with** **a** **fork** **every** **few** **minutes** **until** **it** **is** **thoroughly**
转动 这 粉丝 超过 和 一个 叉 每一个 很少 分钟 直到 它 是 彻底
[kʊkt] .
cooked **.**
煮熟 .

每隔几分钟用叉子将粉丝翻面，直到完全煮熟。

[ˌvɜːrmɪˈtʃeli] [wɪð; wɪθ] [fɪʃ]
VERMICELLI **WITH** **FISH**
粉丝 和 鱼

鱼肉粉丝

[bɔɪl] [wʌn] - [hæf] [paʊnd] [ʌv; əv] [ˌvɜːrmɪˈtʃeli] [ɪn] [ˈsɔːltɪd] [ˈwɔːtər] , [dreɪn] ,
Boil **one** **-** **half** **pound** **of** **vermicelli** **in** **salted** **water** **,** **drain** **,**
熬 一 - 一半 磅 的 粉丝 在 咸的 水 , 流走 ,

将半磅粉丝放入盐水中煮沸，沥干水分。

[ænd; ənd] [mɪks] [wɪð; wɪθ] [tuː] [ˈteɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] [ˈɑːlɪv] - [ɔɪl] [ænd; ənd] [ə; eɪ] [ˈlɪt(ə)l] [tʃɑːpt] - [ʌp]
and **mix** **with** **two** **tablespoons** **of** **olive** **-** **oil** **and** **a** **little** **chopped** **-** **up**
和 混合 和 二 汤匙 的 橄榄 - 油 和 一个 小的 切碎 - 向上
[ˈpɑːrsli] .
parsley **.**
香菜 .

加入两汤匙橄榄油和少许切碎的欧芹拌匀。

[ðen] [set] [tuː; tə] [wʌn] [saɪd] [tuː; tə] [get] [kuːl] .
Then **set** **to** **one** **side** **to** **get** **cool** **.**
然后 放 到 一 边 到 得到 凉爽的 .

然后放在一边晾凉。

[teɪk] [faɪv] [smelts] , [splɪt] [ðem; ðəm] , [teɪk] [aʊt] [ðə; ði] [boʊnz] ,
Take **five** **smelts** **,** **split** **them** **,** **take** **out** **the** **bones** **,**
拿 五 胡瓜鱼 , 分裂 他们 , 拿 出去 这 骨头 ,

取五条胡瓜鱼，剖开，取出骨头，

[ænd; ənd][fraɪ][ðem; ðəm] ['slaɪtli] [ɪn][wʌn] ['tiːspuːn] [ʌv; əv]['ɑːlɪv] - [ɔɪl] .

and	fry	them	slightly	in	one	teaspoon	of	olive	-	oil	.
和	炒	他们	轻微地	在	一	茶匙	的	橄榄	-	油	.

用一茶匙橄榄油稍微煎一下。

['bʌtər] [ə; eɪ][pæn][ænd; ənd]['sprɪŋk(ə)l][ˌaɪ 'tiː][wɪð; wɪθ] [bred] [krʌmz] .

Butter	a	pan	and	sprinkle	it	with	bread	crumbs	.
黄油	一个	平底锅	和	撒	它	和	面包	面包屑	.

在平底锅上抹上黄油，撒上面包屑。

[ðen] [pʊt]['ɪntuː][ˌaɪ 'tiː][wʌn] - [hæf][ʌv; əv][ðə; ði][koʊld][ˌvɜːrmɪ'tʃeli] .

Then	put	into	it	one	-	half	of	the	cold	vermicelli	.
然后	放	进入	它	一	-	一半	的	这	寒冷的	粉丝	.

然后放入一半的冷粉丝。

[pɔːr] ['oʊvər] [ðɪs] [sʌm; səm] [θɪk] [tə'meɪtoʊ] [sɔːs] ([wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv][tə'meɪtoʊ] [peɪst] [kʊkt]

Pour	over	this	some	thick	tomato	sauce	(	one	tablespoon	of	tomato	paste	cooked
倒	超过	这	一些	厚的	番茄	酱	(	一	汤匙	的	番茄	粘贴	煮熟

[ɪn] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv]['ɑːlɪv] - [ɔɪl]) .

in	two	tablespoons	of	olive	-	oil	)	.
在	二	汤匙	的	橄榄	-	油	)	.

在上面淋上一些浓稠的番茄酱（一汤匙番茄酱用两汤匙橄榄油煮熟）。

[ðen] [pʊt][ɪn][ðə; ði] [smelts] [kʌt][ɪn] [tuː] , [sʌm; səm]['æntʃoʊvi] , [ə; eɪ] [fjuː] ['keipəz] ,

Then	put	in	the	smelts	cut	in	two	,	some	anchovy	,	a	few	capers	,
然后	放	在	这	胡瓜鱼	切	在	二	,	一些	凤尾鱼	,	一个	很少	刺山柑	,

然后放入切成两半的胡瓜鱼、一些凤尾鱼和几颗刺山柑，

[ænd; ənd] [θriː] [ɔːr] [fɔːr] [raɪp] ['ɑːlɪvz] [tʃɑːpt] [ʌp][wɪð; wɪθ][wʌn] ['mʌʃrʊm] .

and	three	or	four	ripe	olives	chopped	up	with	one	mushroom	.
和	三	或者	四	成熟	橄榄	切碎	向上	和	一	蘑菇	.

以及三四颗切碎的成熟橄榄和一个蘑菇。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði][rest][ʌv; əv][ðə; ði][tə'meɪtoʊ] [sɔːs] , [ðen] [ðə; ði] ['ʌðər] [hæf][ʌv; əv][ðə; ði]

Then	add	the	rest	of	the	tomato	sauce	,	then	the	other	half	of	the
然后	添加	这	休息	的	这	番茄	酱	,	然后	这	其他	一半	的	这

[ˌvɜːrmɪ'tʃeli] ,

vermicelli	,
粉丝	,

然后加入剩下的番茄酱，再加入另一半粉丝。

[ænd; ənd][ɑːn][tɑːp][ə; eɪ] ['leɪər] [ʌv; əv] [bred] [krʌmz] .

and	on	top	a	layer	of	bread	crumbs	.
和	在	顶部	一个	层	的	面包	面包屑	.

最上面铺一层面包屑。

['siːz(ə)n] [ɔːl] [wel] [wɪð; wɪθ][sɔːlt][ænd; ənd] ['pepər] .

Season	all	well	with	salt	and	pepper	.
季节	全部出色地		和	盐	和	胡椒	.

用盐和胡椒粉充分调味。

[pʊt][ðə; ði][pæn]['ɪntuː][ə; eɪ] ['mɑːdərət] ['ʌv(ə)n] , [ænd; ənd] [kʊk] [ə'baʊt][æn; ən]['aʊər][ænd; ənd][ə; eɪ]

Put	the	pan	into	a	moderate	oven	,	and	cook	about	an	hour	and	a
放	这	平底锅	进入	一个	缓和	烤箱	,	和	厨师	关于	一个	小时	和	一个

['kwɔːrtər] ,

quarter	,
四分之一	,

将平底锅放入中等温度的烤箱中，烘烤约一个小时十五分钟。

['ædɪŋ] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['ɑːlɪv] - [ɔɪl] [wen] ['nesəseri] , [soʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [nɑːt][draɪ][ʌp] [tuː] [mʌtʃ] .

adding	a	little	olive	-	oil	when	necessary	,	so	that	it	will	not	dry	up	too	much	.
添加	一个	小的	橄榄	-	油	什么时候	必要的	,	所以	那	它	将要	不是	干燥	向上	也	很多	.

必要时可添加少量橄榄油，以免水分过多。

['eni] [fɪʃ] [meɪ] [bi:; bi] [ju:st] [ɪn'sted] [ʌv; əv] [ðə; ði] [smelts] , ['kʌtɪŋ] [ˌaɪ 'ti:] ['ɪntu:] [θɪn] [strɪps] .

Any	fish	may	be	used	instead	of	the	smelts	,	cutting	it	into	thin	strips	.
任何	鱼	可能	是	用过的	反而	的	这	胡瓜鱼	,	切割	它	进入	薄的	条状物	.

可以用任何鱼类代替胡瓜鱼，切成细条即可。

[spə'geti] [wɪð; wɪθ] ['tʌni] - [fɪʃ]

SPAGHETTI	WITH	TUNNY	-	FISH
意大利细面条	和	金枪鱼	-	鱼

金枪鱼意大利面

[waɪl] [wʌn] - [hæf] [paʊnd] [ʌv; əv] [spə'geti] [ɪz] ['bɔɪlɪŋ] [ɪn] ['sɔ:ltɪd] ['wɔ:tər] [prɪ'per] [ðə; ði] ['fɑ:loʊɪŋ] :

While	one	-	half	pound	of	spaghetti	is	boiling	in	salted	water	prepare	the	following	:
尽管	一	-	一半	磅	的	意大利细面条	是	沸腾	在	咸的	水	准备	这	下列的	:

在将半磅意大利面放入盐水中煮沸的同时，准备以下食材：

[teɪk] [tu:] ['aʊnsɪz] [ʌv; əv] ['tʌni] - [fɪʃ] [ænd; ənd] [kʌt] [ðem; ðəm] ['ɪntu:] [smɔ:l] ['pi:sɪz] .

Take	two	ounces	of	tunny	-	fish	and	cut	them	into	small	pieces	.
拿	二	盎司	的	金枪鱼	-	鱼	和	切	他们	进入	小的	件	.

取两盎司金枪鱼，切成小块。

[pʊt] [ðem; ðəm] ['ɪntu:] [ə; eɪ] ['sɔ:spæn] [ænd; ənd] [fraɪ] [ðem; ðəm] [ɪn] [ðer; ðər] [oʊn] [ɔɪl] .

Put	them	into	a	saucepan	and	fry	them	in	their	own	oil	.
放	他们	进入	一个	平底锅	和	炒	他们	在	他们的	自己的	油	.

把它们放入平底锅中，用它们自身的油煎炸。

[ðɪs] [ɔɪl] [ɪz] ['dʒen(ə)rəli] [sə'fɪʃ(ə)nt] , [bʌt; bət] [ʃʊd; ʃəd] [ˌaɪ 'ti:] [nɑ:t] [bi:; bi] , [ˌeɪ di: 'di:] [ə'nʌðər] ['teɪblspu:n]

This	oil	is	generally	sufficient	,	but	should	it	not	be	,	add	another	tablespoon
这	油	是	一般来说	充足的	,	但	应该	它	不是	是	,	添加	其他	汤匙

[ʌv; əv] ['ɑ:lɪv] - [ɔɪl] .

of	olive	-	oil	.
的	橄榄	-	油	.

这些油通常就足够了，但如果不够，可以再加一汤匙橄榄油。

[wen] [ðə; ði] ['tʌni] [hæv; həv] [bɪn] [fraɪd] [ˌeɪ di: 'di:] [ə; eɪ] ['tispʊnˌfʊl] [ʌv; əv] [tʃɑ:pt] ['pɑ:rsli] [ænd; ənd]

When	the	tunny	have	been	fried	add	a	teaspoonful	of	chopped	parsley	and
什么时候	这	金枪鱼	有	到过	油煎	添加	一个	一茶匙	的	切碎	香菜	和

[fɔ:r] [tə'meɪtoʊz] ,

four	tomatoes	,
四	西红柿	,

金枪鱼煎好后，加入一茶匙切碎的欧芹和四个西红柿。

[pi:ld] [ænd; ənd] [ðə; ði] [si:dz] [rɪ'mu:vd] , [ænd; ənd] [ə; eɪ] [pɪntʃ] [ʌv; əv] ['pepər] .

peeled	and	the	seeds	removed	,	and	a	pinch	of	pepper	.
去皮	和	这	种子	已移除	,	和	一个	捏	的	胡椒	.

去皮去籽，再加一小撮胡椒粉。

[let] [ðə; ði] [tə'meɪtoʊz] [kʊk] ['θɜ:rəli] .

Let	the	tomatoes	cook	thoroughly	.
让	这	西红柿	厨师	彻底	.

将番茄彻底煮熟。

[wen] [ðeɪ] [ɑ:r; ər] [kʊkt] [pʊt] [ðə; ði] [spə'geti] ['ɪntu:] [ðə; ði] ['sɔ:spæn] [ænd; ənd] [mu:v] [ðem; ðəm]

When	they	are	cooked	put	the	spaghetti	into	the	saucepan	and	move	them
什么时候	他们	是	煮熟	放	这	意大利细面条	进入	这	平底锅	和	移动	他们

[ə'baʊt] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] [fɔ:rk] [ænd; ənd] [spu:n] [ʌn'tɪl] [ðeɪ] [ɑ:r; ər] ['θɜ:rəli] [mɪkst] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [sɔ:s]

about	with	a	fork	and	spoon	until	they	are	thoroughly	mixed	with	the	sauce
关于	和	一个	叉	和	勺子	直到	他们	是	彻底	混合	和	这	酱

[ænd; ənd] [ðə; ði] ['tʌni] .

and	the	tunny	.
和	这	金枪鱼	.

煮熟后，将意大利面放入平底锅中，用叉子和勺子搅拌，直到与酱汁和金枪鱼充分混合。

[ðen] [sɜːrv] .
Then **serve** **.**
然后 服务 .

然后即可上菜。

['tɪmbəl] [ʌv; əv] [ˌvɜːrmɪ'tʃeli] [wɪð; wɪθ] [tə'meɪtoʊz] ([ˌniə'pɑːlətən] [rɪ'siːt])
TIMBALE **OF** **VERMICELLI** **WITH** **TOMATOES** **(** **Neapolitan** **Receipt** **)**
定音鼓 的 粉丝 和 西红柿 (那不勒斯 收据)

番茄细面（那不勒斯食谱）

[teɪk] [ten] ['miːdiəm] - [saɪzd] [freʃ] [tə'meɪtoʊz] [ænd; ənd] [kʌt] [ðem; ðəm] [ɪn] [tuː] ['krɔːswaɪz] .
Take **ten** **medium** **-** **sized** **fresh** **tomatoes** **and** **cut** **them** **in** **two** **crosswise** **.**
拿 十 中等的 - 尺寸 新鲜的 西红柿 和 切 他们 在 二 横向 .

取十个中等大小的新鲜西红柿，将它们横向切成两半。

[pʊt] [ə; eɪ] ['leɪər] [ʌv; əv] [ðiːz] ['ɪntuː] [ə; eɪ] ['beɪkɪŋ] - [dɪʃ] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['lɪkwɪd] [saɪd] ['tʌtʃɪŋ] [ðə; ði]
Put **a** **layer** **of** **these** **into** **a** **baking** **-** **dish** **with** **the** **liquid** **side** **touching** **the**
放 一个 层 的 这些 进入 一个 烘烤 - 盘子 和 这 液体 边 接触 这
['bɑːtəm] [ʌv; əv] [ðə; ði] [dɪʃ] .
bottom **of** **the** **dish** **.**
底部 的 这 盘子 .

将这些食材铺在烤盘中，液体面朝下。

[naʊ] [pʊt] [ə'nʌðər] ['leɪər] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['lɪkwɪd] [saɪd] [ʌp] , ['sprɪŋk(ə)l] [ɑːn] [sɔːlt] [ænd; ənd] ['pepər] .
Now **put** **another** **layer** **with** **the** **liquid** **side** **up** **,** **sprinkle** **on** **salt** **and** **pepper** **.**
现在 放 其他 层 和 这 液体 边 向上 , 撒 在 盐 和 胡椒 .

现在再铺上一层，液体面朝上，撒上盐和胡椒粉。

[breɪk] [ðə; ði] [rɔː] [ˌvɜːrmɪ'tʃeli] [ðə; ði] [leŋkθ; leŋθ] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['beɪkɪŋ] - [dɪʃ] [ænd; ənd] [pʊt] [ə; eɪ] ['leɪər]
Break **the** **raw** **vermicelli** **the** **length** **of** **the** **baking** **-** **dish** **and** **put** **a** **layer**
休息 这 生的 粉丝 这 长度 的 这 烘烤 - 盘子 和 放 一个 层
[ʌv; əv] [ˌaɪ 'tiː] [ɑːn] [tɑːp] [ʌv; əv] [ðə; ði] [tə'meɪtoʊz] .
of **it** **on** **top** **of** **the** **tomatoes** **.**
的 它 在 顶部 的 这 西红柿 .

将生粉丝掰成与烤盘长度相同的长度，铺在番茄上面一层。

[naʊ] [ˌeɪ diː 'diː] [ə'nʌðər] ['leɪər] [ʌv; əv] [ðə; ði] [tə'meɪtoʊz] , [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [skɪn] [saɪd] ['tʌtʃɪŋ] [ðə; ði]
Now **add** **another** **layer** **of** **the** **tomatoes** **,** **with** **the** **skin** **side** **touching** **the**
现在 添加 其他 层 的 这 西红柿 , 和 这 皮肤 边 接触 这
[ˌvɜːrmɪ'tʃeli] ,
vermicelli **,**
粉丝 ,

现在再铺上一层番茄，番茄皮朝下贴着粉丝。

[ə; eɪ] ['sekənd] ['leɪər] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['lɪkwɪd] [saɪd] [ʌp] , [sɔːlt] [ænd; ənd] ['pepər] ,
a **second** **layer** **with** **the** **liquid** **side** **up** **,** **salt** **and** **pepper** **,**
一个 第二 层 和 这 液体 边 向上 , 盐 和 胡椒 ,

第二层液体面朝上，撒上盐和胡椒粉。

[ænd; ənd] [ə'nʌðər] ['leɪər] [ʌv; əv] [ðə; ði] [rɔː] [ˌvɜːrmɪ'tʃeli] , [ænd; ənd] [soʊ] [ɑːn] ,
and **another** **layer** **of** **the** **raw** **vermicelli** **,** **and** **so** **on** **,**
和 其他 层 的 这 生的 粉丝 , 和 所以 在 ,

再铺上一层生粉丝，以此类推。

[ðə; ði] [tɑːp] ['leɪər] ['biːɪŋ] [ʌv; əv] [tə'meɪtoʊz] [wɪð; wɪθ] [ðer; ðər] ['lɪkwɪd] [saɪd] ['tʌtʃɪŋ] [ðə; ði] [ˌvɜːrmɪ'tʃeli] .
the **top** **layer** **being** **of** **tomatoes** **with** **their** **liquid** **side** **touching** **the** **vermicelli** **.**
这 顶部 层 存在 的 西红柿 和 他们的 液体 边 接触 这 粉丝 .

最上面一层是番茄，番茄汁的一面接触到粉丝。

[hiːt] [θriː] [ɔːr] [fɔːr] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] [gʊd] [lɑːrd] ([ɔːr] ['bʌtər]) ,
Heat **three** **or** **four** **tablespoons** **of** **good** **lard** **(** **or** **butter** **)** **,**
热 三 或者 四 汤匙 的 好的 猪油 (或者 黄油) ,

加热三到四汤匙优质猪油（或黄油），

[ænd; ənd] [wen] [ðə; ði][lɑːrd][bɔɪlz] [pɔːr] [ˌaɪ 'tiː]['oʊvər][ðə; ði][tə'meɪtoʊz][ænd; ənd][ˌvɜːrmɪ'tʃeli] ;

and	when	the	lard	boils	pour	it	over	the	tomatoes	and	vermicelli	;
和	什么时候	这	猪油	沸腾	倒	它	超过	这	西红柿	和	粉丝	;

等猪油煮沸后，将其浇在西红柿和粉丝上；

[ðen] [pʊt][ðə; ði] [dɪʃ] ['ɪntuː][ðə; ði]['ʌv(ə)n][ænd; ənd] [kʊk] [ʌn'tɪl][ðə; ði][ˌvɜːrmɪ'tʃeli][ɪz] ['θɜːrəli] [dʌn] .

then	put	the	dish	into	the	oven	and	cook	until	the	vermicelli	is	thoroughly	done	.
然后	放	这	盘子	进入	这	烤箱	和	厨师	直到	这	粉丝	是	彻底	完毕	.

然后将这道菜放入烤箱，烤至粉丝完全熟透。

['æftər] ['kuːlɪŋ] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [waɪl] , [tɜːrn][ˌaɪ 'tiː][aʊt]['ɪntuː][ə; eɪ]['plætər] .

After	cooling	a	little	while	,	turn	it	out	into	a	platter	.
后	冷却	一个	小的	尽管	,	转动	它	出去	进入	一个	拼盘	.

稍微冷却后，将其倒扣在盘子上。

[ˌmækə'roʊni] " ['ɑːlə] [sæn] -

MACARONI	"	ALLA	SAN	GIOVANNELLO
通心粉	"	阿拉	SAN	-

阿拉圣乔瓦内洛通心粉

" [waɪl] [θriː] - ['kwɔːrtərz][ʌv; əv][ə; eɪ][paʊnd] [ʌv; əv][ˌmækə'roʊni][ɑːr; ər] ['bɔɪlɪŋ] [ɪn]['sɔːltɪd]['wɔːtər]

"	While	three	-	quarters	of	a	pound	of	macaroni	are	boiling	in	salted	water
"	尽管	三	-	四分之一	的	一个	磅	的	通心粉	是	沸腾	在	咸的	水

[prɪ'per] [ðə; ði] ['fɑːloʊɪŋ] :

prepare	the	following	:
准备	这	下列的	:

“在将四分之三磅通心粉放入盐水中煮沸的同时，准备以下食材：

[tʃɑːp] [ʌp] [faɪn] [tuː] ['aʊnsɪz] [ʌv; əv][hæm][fæt][wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] ['pɑːrsli] .

Chop	up	fine	two	ounces	of	ham	fat	with	a	little	parsley	.
劈	向上美好的		二	盎司	的	火腿	胖的	和	一个	小的	香菜	.

将两盎司火腿肥肉和少许欧芹切碎。

[piːl] [sɪks]['miːdiəm] - [saɪzd][tə'meɪtoʊz] , [kʌt][ðem; ðəm]['oʊpən] , [rɪ'muːv] [ðə; ði] [siːdz] , [ænd; ənd]['eni] [hɑːrd][ɔːr][ˌʌn'raɪp][pɑːrts] ,

Peel	six	medium	-	sized	tomatoes	,	cut	them	open	,	remove	the	seeds	,	and	any	hard	or	unripe	parts	,
果皮	六	中等的	-	尺寸	西红柿	,	切	他们	打开	,	消除	这	种子	,	和	任何	难的	或者	生	部分	,

将六个中等大小的西红柿去皮，切开，去除籽和任何坚硬或未成熟的部分，

[ænd; ənd][pʊt][ðem; ðəm][ɑːn][wʌn][saɪd] .

and	put	them	on	one	side	.
和	放	他们	在	一	边	.

把它们放在一边。

[teɪk] [ə; eɪ] ['fraɪɪŋ] - [pæn][ænd; ənd][pʊt]['ɪntuː][ˌaɪ 'tiː][wʌn][skænt] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['bʌtər] [ænd; ənd]

Take	a	frying	-	pan	and	put	into	it	one	scant	tablespoon	of	butter	and
拿	一个	煎炸	-	平底锅	和	放	进入	它	一	稀少	汤匙	的	黄油	和

[ðə; ði] [tʃɑːpt] [hæm][fæt] .

the	chopped	ham	fat	.
这	切碎	火腿	胖的	.

取一个煎锅，放入一小勺黄油和切碎的火腿油。

[wen] [ðə; ði] [griːs] [ɪz] ['kʌlərd] [pʊt][ɪn][ðə; ði] [slaɪst] [tə'meɪtoʊz][wɪð; wɪθ][sɔːlt][ænd; ənd] ['pepər] .

When	the	grease	is	colored	put	in	the	sliced	tomatoes	with	salt	and	pepper	.
什么时候	这	润滑脂	是	有色	放	在	这	切片	西红柿	和	盐	和	胡椒	.

待油脂变色后，放入切好的西红柿，并加入盐和胡椒粉。

[wen] [ðə; ði][tə'meɪtoʊz][ɑ:r; ər] [kʊkt] [ænd; ənd][bɪ'gɪn][tu:; tə] ['spʌtər] [pʊt][ðə; ði][ˌmækə'roʊni]['ɪntu:]

When	the	tomatoes	are	cooked	and	begin	to	sputter	put	the	macaroni	into
什么时候	这	西红柿	是	煮熟	和	开始	到	发出嘶嘶声	放	这	通心粉	进入

[ðə; ði][pæn][wɪð; wɪθ][ðem; ðəm] ,

the	pan	with	them	,
这	平底锅	和	他们	,

当番茄煮熟并开始发出噼啪声时，将通心粉放入锅中与番茄一起翻炒。

[mɪks] [wel] , [ˌeɪ di: 'di:]['greɪtɪd]['pɑ:rməzɑ:nˌpɑ:rməzæn] [tʃi:z] , [ænd; ənd] [sɜ:rv] .

mix	well	,	add	grated	Parmesan	cheese	,	and	serve	.
混合	出色地	,	添加	磨碎的	帕尔马干酪	奶酪	,	和	服务	.

充分搅拌，加入磨碎的帕玛森奶酪，即可食用。

['rɪbən] [ˌmækə'roʊni] (['pɑ:stə]['fæt.ə][ɪn][kæsə] .

RIBBON	MACARONI	(	Pasta	fatta	in	Casa	.
丝带	通心粉	(	面食	法塔	在	卡萨	.

RIBBON MACARONI（卡萨意大利面。

[ˌfetʊ'tʃi:nɪ])

Fettuccini	)
意大利宽面	)

宽面）

[ˌtu:'tu:][wʌn] / [ˌtu:'tu:] [kʌps] [ʌv; əv]['flaʊər]

2	1	/	2	cups	of	flour
2	1	/	2	杯子	的	面粉

2又1/2杯面粉

[ˌtu:'tu:] [egz]

2	eggs
2	鸡蛋

2个鸡蛋

[θri:] ['teɪbəlˌspu:nz] [ʌv; əv][koʊld]['wɔ:tər]

3	tablespoons	of	cold	water
3	汤匙	的	寒冷的	水

3汤匙冷水

[wʌn] / [ˌtu:'tu:] ['ti:spu:n] [ʌv; əv][sɔ:lt]

1	/	2	teaspoon	of	salt
1	/	2	茶匙	的	盐

1/2茶匙盐

[pʊt][ðə; ði]['flaʊər][ɑ:n][ə; eɪ] [bred] - [bɔ:rd] .

Put	the	flour	on	a	bread	-	board	.
放	这	面粉	在	一个	面包	-	木板	.

将面粉放在案板上。

[meɪk] [ə; eɪ][hoʊl][ɪn][ðə; ði]['mɪd(ə)l][ʌv; əv][ˌaɪ 'ti:] , [ænd; ənd] [breɪk] [ðə; ði] [egz] ['ɪntu:][ˌaɪ 'ti:] .

Make	a	hole	in	the	middle	of	it	,	and	break	the	eggs	into	it	.
制作	一个	洞	在	这	中间	的	它	,	和	休息	这	鸡蛋	进入	它	.

在中间挖个洞，把鸡蛋打进去。

[ˌeɪ di: 'di:][ðə; ði]['wɔ:tər][ænd; ənd][ðə; ði][sɔ:lt] ,

Add	the	water	and	the	salt	,
添加	这	水	和	这	盐	,

加入水和盐，

[ænd; ənd][mɪks][ɔːl] [təˈgeðər] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ][fɔːrk][ʌnˈtɪl][ðə; ði]['flaʊər][ɪz][ɔːl] [əbˈzɔːrbd] [ænd; ənd][juː; jʊ]

and	mix	all	together	with	a	fork	until	the	flour	is	all	absorbed	and	you
和	混合	全部	一起	和	一个	叉	直到	这	面粉	是	全部	吸收	和	你

[hæv; həv][ə; eɪ] [peɪst] [wɪtʃ] [juː; jʊ][kæn; kən][roʊl][aʊt] .

have	a	paste	which	you	can	roll	out	.
有	一个	粘贴	哪个	你	能	卷	出去	.

用叉子将所有材料混合在一起，直到面粉完全被吸收，形成可以擀开的面糊。

[ðen] [teɪk] [ə; eɪ] ['roʊlɪŋ] - [pɪn][ænd; ənd][roʊl][ˌaɪ 'tiː][aʊt] ['veri] [θɪn] , [əˈbaʊt][ðə; ði] ['θɪknəs] [ʌv; əv][ə; eɪ]

Then	take	a	rolling	-	pin	and	roll	it	out	very	thin	,	about	the	thickness	of	a
然后	拿	一个	滚动	-	别针	和	卷	它	出去	非常	薄的	,	关于	这	厚度	的	一个

[ten] - [sent] [piːs] .

ten	-	cent	piece	.
十	-	中心	片	.

然后拿擀面杖把它擀得很薄，大约像一枚十美分硬币那么厚。

[liːv] [ˌaɪ 'tiː] [spred] [aʊt] [laɪk] [ðɪs] [ʌnˈtɪl][ˌaɪ 'tiː][hæz; həz][draɪd][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] .

Leave	it	spread	out	like	this	until	it	has	dried	a	little	.
离开	它	传播	出去	喜欢	这	直到	它	有	干燥	一个	小的	.

就这么摊开，等它稍微干一点。

[ðen] ['dʌb(ə)l][ˌaɪ 'tiː]['oʊvər][ə; eɪ]['nʌmbər][ʌv; əv][taɪmz] , ['ɔːlweɪz]['leŋkθwaɪz; 'leŋθwaɪz] ,

Then	double	it	over	a	number	of	times	,	always	lengthwise	,
然后	双倍的	它	超过	一个	数字	的	时代	,	总是	纵向	,

然后将其沿长度方向对折若干次，

[ænd; ənd][kʌt][ˌaɪ 'tiː][əˈkrɔːs][ɪn][strɪps][əˈbaʊt][wʌn] - [hæf] [ɪntʃ] [waɪd] .

and	cut	it	across	in	strips	about	one	-	half	inch	wide	.
和	切	它	穿过	在	条状物	关于	一	-	一半	英寸	宽的	.

将其横向切成约半英寸宽的条状。

[bɔɪl] [tuː] [kwɔːts] [ʌv; əv]['sɔːltɪd]['wɔːtər] , [ænd; ənd][pʊt][ðə; ði] ['rɪbənz] ['ɪntuː][ˌaɪ 'tiː] , [ænd; ənd] [kʊk]

Boil	two	quarts	of	salted	water	,	and	put	the	ribbons	into	it	,	and	cook
熬	二	夸脱	的	咸的	水	,	和	放	这	丝带	进入	它	,	和	厨师

[fɔːr; fər][ten] ['mɪnɪts] ,

for	ten	minutes	,
为了	十	分钟	,

将两夸脱加盐的水煮沸，放入丝带，煮十分钟。

[ðen] [dreɪn] .

then	drain	.
然后	流走	.

然后沥干。

[sɜːrv] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] [miːt] [ænd; ənd] [sɔːs] [æz; əz][ɪn] [rɪˈsiːt] [fɔːr; fər][ˌmækəˈroʊni][wɪð; wɪθ] [miːt]

Serve	with	the	meat	and	sauce	as	in	receipt	for	Macaroni	with	Meat
服务	和	这	肉	和	酱	作为	在	收据	为了	通心粉	和	肉

[ænd; ənd] [sɔːs] ,

and	Sauce	,
和	酱	,

按照"肉酱通心粉"食谱中的步骤，将肉和酱汁一起盛盘。

[ɔːr][wɪð; wɪθ][ðə; ði][təˈmeɪtoʊ] [sɔːs] [ænd; ənd] [tʃiːz] ['oʊnli] , [æz; əz] [dɪˈzaɪrd] .

or	with	the	tomato	sauce	and	cheese	only	,	as	desired	.
或者	和	这	番茄	酱	和	奶酪	仅有的	,	作为	想要的	.

或者只加番茄酱和奶酪，根据个人喜好。

[ˌrævi'oʊli][wɪð; wɪθ] [miːt]

RAVIOLI	WITH	MEAT
馄饨	和	肉

肉馅馄饨

[prɪ'per] [ðə; ði] [peɪst] [æz; əz][ɪn][ðə; ði] [prɪ'si:dɪŋ] [rɪ'si:t] .

Prepare	**the**	**paste**	**as**	**in**	**the**	**preceding**	**receipt**	**.**
准备	这	粘贴	作为	在	这	前	收据	.

按照前一份食谱的步骤准备糊状物。

[teɪk] [wət'evər] [mi:t] [ɪz] [dɪ'zaɪrd] — ['tʃɪkɪn] , ['tɜ:rki] , [ɔ:r] [vi:l] — [ðɪs] [mʌst; məst] ['ɔ:lweɪz] [bi:; bi]

Take	**whatever**	**meat**	**is**	**desired**	**—**	**chicken**	**,**	**turkey**	**,**	**or**	**veal**	**—**	**this**	**must**	**always**	**be**
拿	任何	肉	是	想要的	—	鸡	,	火鸡	,	或者	小牛肉	—	这	必须	总是	是

[kʊkt] .

cooked	**.**
煮熟	.

选用任何你喜欢的肉类——鸡肉、火鸡肉或小牛肉——但一定要煮熟。

([left] - ['oʊvər] [mi:t] [meɪ] [bi:; bi]['ju:tə,laɪzd] [ðɪs] [weɪ] .)

(	**Left**	**-**	**over**	**meat**	**may**	**be**	**utilized**	**this**	**way**	**.**	**)**
(	左边	-	超过	肉	可能	是	利用	这	方式	.	)

（剩余的肉也可以这样利用。）

[tʃɑ:p] [ðə; ði] [mi:t] ['veri] [faɪn] , [ˌeɪ di: 'di:][wʌn] ['teɪblspu:n] [ʌv; əv]['greɪtɪd]['pɑ:rməzɑ:n,'pɑ:rməzæn] [tʃi:z]

Chop	**the**	**meat**	**very**	**fine**	**,**	**add**	**one**	**tablespoon**	**of**	**grated**	**Parmesan**	**cheese**
劈	这	肉	非常	美好的	,	添加	一	汤匙	的	磨碎的	帕尔马干酪	奶酪

, [wʌn] [eg] ,

,	**one**	**egg**	**,**
,	一	蛋	,

将肉切成细末，加入一汤匙磨碎的帕玛森奶酪、一个鸡蛋，

[ə; eɪ] [dæʃ] [ʌv; əv] ['nʌtmeg] , [ə; eɪ] [dæʃ] [ʌv; əv]['greɪtɪd] ['leмən] - [pi:l] , [wʌn] ['teɪblspu:n] [ʌv; əv] ['bʌtər] ,

a	**dash**	**of**	**nutmeg**	**,**	**a**	**dash**	**of**	**grated**	**lemon**	**-**	**peel**	**,**	**one**	**tablespoon**	**of**	**butter**	**,**
一个	短跑	的	肉豆蔻	,	一个	短跑	的	磨碎的	柠檬	-	果皮	,	一	汤匙	的	黄油	,

[koʊld] .

cold	**.**
寒冷的	.

少许肉豆蔻粉，少许柠檬皮屑，一汤匙冷黄油。

[mɪks] [ði:z] [ɪn'gri:diənts] [ɪn][ə; eɪ] [boʊl] .

Mix	**these**	**ingredients**	**in**	**a**	**bowl**	**.**
混合	这些	原料	在	一个	碗	.

将这些食材混合在一个碗里。

[teɪk] [ə; eɪ] ['ti:spu:n] [ʌv; əv][ðə; ði]['mɪkstʃər][ænd; ənd][pʊt][ˌaɪ 'ti:]['ɪntu:][ðə; ði] [ɪk'stendɪd] [peɪst] ,

Take	**a**	**teaspoon**	**of**	**the**	**mixture**	**and**	**put**	**it**	**into**	**the**	**extended**	**paste**	**,**
拿	一个	茶匙	的	这	混合物	和	放	它	进入	这	扩展	粘贴	,

取一茶匙混合物放入稀释好的糊状物中，

[ə'baʊt] [tu:] [ɪntʃɪz] [frʌm; frəm][ðə; ði] [edʒ] .

about	**two**	**inches**	**from**	**the**	**edge**	**.**
关于	二	英寸	从	这	边缘	.

距离边缘约两英寸。

[teɪk] [ə'nʌðər] ['spu:nfʊl] [ænd; ənd][pʊt][ˌaɪ 'ti:][ə'baʊt] [tu:] [ɪntʃɪz] [ə'weɪ] [frʌm; frəm][ðə; ði][fɜ:rst]

Take	**another**	**spoonful**	**and**	**put**	**it**	**about**	**two**	**inches**	**away**	**from**	**the**	**first**
拿	其他	一勺	和	放	它	关于	二	英寸	离开	从	这	第一的

['spu:nfʊl] .

spoonful	**.**
一勺	.

再舀一勺，放在距离第一勺大约两英寸的地方。

[kən'tɪnju:] [tu:; tə][du:] [ðɪs] [ʌn'tɪl][ju:; jʊ][hæv; həv][ə; eɪ] [roʊ] [ʌv; əv] ['ti:spu:n,fʊl] [ə'krɔ:s] [ðə; ði] [peɪst] .

Continue	**to**	**do**	**this**	**until**	**you**	**have**	**a**	**row**	**of**	**teaspoonfuls**	**across**	**the**	**paste**	**.**
继续	到	做	这	直到	你	有	一个	排	的	茶匙	穿过	这	粘贴	.

继续这样做，直到在糊状物上摆出一排茶匙的量。

[ðen] [foʊld]['oʊvər][ðə; ði] [edʒ] [ʌv; əv][ðə; ði] [peɪst] [soʊ][æz; əz][tuː; tə]['kʌvər][ðə; ði] ['spuːnˌfʊlz] [ʌv; əv]

Then	fold	over	the	edge	of	the	paste	so	as	to	cover	the	spoonfuls	of
然后	折叠	超过	这	边缘	的	这	粘贴	所以	作为	到	覆盖	这	一勺	的

['mɪkstʃər] ,

mixture	,
混合物	,

然后将面糊边缘折叠起来，盖住勺子里的混合物。

[ænd; ənd] [kʌt] [ə'krɔːs] [ðə; ði] [peɪst] [æt; ət][ðə; ði] ['bɑːtəm] [ʌv; əv][ðem; ðəm] .

and	cut	across	the	paste	at	the	bottom	of	them	.
和	切	穿过	这	粘贴	在	这	底部	的	他们	.

然后切开它们底部的糊状物。

[ðen] [kʌt] ['ɪntuː] [skwer] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] [miːt] [ɪn][ðə; ði]['mɪd(ə)l][ʌv; əv] [iːtʃ] [skwer] ;

Then	cut	into	squares	with	the	meat	in	the	middle	of	each	square	;
然后	切	进入	正方形	和	这	肉	在	这	中间	的	每个	正方形	;

然后切成方块，肉放在每个方块的中间；

[pres] [daʊn] [ðə; ði] [peɪst] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][æt; ət][ðə; ði]['ɛdʒəz, 'ɛdʒɪz][soʊ][ðə; ði] [miːt] ['kænɑːt] [fɔːl] [aʊt] .

press	down	the	paste	a	little	at	the	edges	so	the	meat	cannot	fall	out	.
按	向下	这	粘贴	一个	小的	在	这	边缘	所以	这	肉	不能	落下	出去	.

轻轻按压边缘的馅料，以免肉馅掉出来。

[kən'tɪnjuː] [tuː; tə][duː] [ðɪs] [ʌn'tɪl] [ɔːl][ðə; ði] [miːt] [ænd; ənd][ðə; ði] [peɪst] [ɑːr; ər] [juːst] [ʌp] .

Continue	to	do	this	until	all	the	meat	and	the	paste	are	used	up	.
继续	到	做	这	直到	全部	这	肉	和	这	粘贴	是	用过的	向上	.

继续这样做，直到所有的肉和酱料都用完为止。

[pʊt][ðə; ði]['lɪt(ə)l] [skwer] [ʌv; əv] [peɪst] [ænd; ənd] [miːt] ['ɪntuː][ðə; ði] ['bɔɪlɪŋ] ['sɔːltɪd]['wɔːtər][ə; eɪ][fjuː]

Put	the	little	squares	of	paste	and	meat	into	the	boiling	salted	water	a	few
放	这	小的	正方形	的	粘贴	和	肉	进入	这	沸腾	咸的	水	一个	很少

[æt; ət][ə; eɪ][taɪm] ,

at	a	time	,
在	一个	时间	,

将小块的肉馅和面糊分批放入沸腾的盐水中，

[ænd; ənd] [bɔɪl] [fɔːr; fər] [ten] ['mɪnɪts] .

and	boil	for	ten	minutes	.
和	熬	为了	十	分钟	.

煮沸十分钟。

[sɜːrv] [wɪð; wɪθ][tə'meɪtoʊ] [sɔːs] , [ɔːr] ['bʌtər] [ænd; ənd]['greɪtɪd]['pɑːrməzɑːnˌ'pɑːrməzæn] [tʃiːz] .

Serve	with	tomato	sauce	,	or	butter	and	grated	Parmesan	cheese	.
服务	和	番茄	酱	, 或者		黄油	和	磨碎的	帕尔马干酪	奶酪	.

可搭配番茄酱，或黄油和磨碎的帕玛森奶酪食用。

[ˌrævi'oʊli] [wɪð; wɪθ] [breɪnz]

RAVIOLI	WITH	BRAINS
馄饨	和	大脑

脑花馄饨

[teɪk] [wʌn] ['læmz] [breɪnz] [ænd; ənd]['pɑːrbɔɪl][ɪn] ['slaɪtli] ['sɔːltɪd]['wɔːtər][fɔːr; fər][faɪv] ['mɪnɪts] .

Take	one	lamb's	brains	and	parboil	in	slightly	salted	water	for	five	minutes	.
拿	一	羊羔的	大脑	和	腌	在	轻微地	咸的	水	为了	五	分钟	.

取一个羊脑，用微咸的沸水焯烫五分钟。

[pʊt]['ɪntuː][ə; eɪ] [boʊl] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ] [smɔːl]['kwɑːntəti][ʌv; əv]['kɜːdz] , [wʌn] [eg] , [sɔːlt][ænd; ənd] ['pepər] ,

Put	into	a	bowl	with	a	small	quantity	of	curds	,	one	egg	,	salt	and	pepper	,
放	进入	一个	碗	和	一个	小的	数量	的	凝乳	,	一	蛋	,	盐	和	胡椒	,

将少量凝乳、一个鸡蛋、盐和胡椒粉放入碗中，

[dæʃ] [ʌv; əv] ['nʌtmeg] , [ænd; ənd][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['greɪtɪd]['pɑ:rməzɑ:n,'pɑ:rməzæn] [tʃi:z] , [ænd; ənd][mɪks][ɔ:l]
dash **of** **nutmeg** **,** **and** **a** **little** **grated** **Parmesan** **cheese** **,** **and** **mix** **all**
短跑 的 肉豆蔻 , 和 一个 小的 磨碎的 帕尔马干酪 奶酪 , 和 混合 全部
[tə'geðər] .
together **.**
一起 .

加入少许肉豆蔻粉和少许磨碎的帕玛森奶酪，将所有食材混合在一起。

[ðen] [pʊt][baɪ] ['ti:spu:n,fʊl] [ɑ:n][ðə; ði] [peɪst] [æz; əz][ɪn] [prɪ'si:dɪŋ] [rɪ'si:t] .
Then **put** **by** **teaspoonfuls** **on** **the** **paste** **as** **in** **preceding** **receipt** **.**
然后 放 经过 茶匙 在 这 粘贴 作为 在 前 收据 .

然后按照前面的食谱，用茶匙将面糊舀到面糊上。

[kʊk] [fɔ:r; fər][ten] ['mɪnɪts] [ɪn] ['bɔɪlɪŋ] ['sɔ:ltɪd]['wɔ:tər] , [ænd; ənd] [sɜ:rv] [wɪð; wɪθ][tə'meɪtoʊ] [sɔ:s] .
Cook **for** **ten** **minutes** **in** **boiling** **salted** **water** **,** **and** **serve** **with** **tomato** **sauce** **.**
厨师 为了 十 分钟 在 沸腾 咸的 水 , 和 服务 和 番茄 酱 .

在沸腾的盐水中煮十分钟，配番茄酱食用。

[ˌrævi'oʊli] [ʌv; əv] ['kɜ:dz] [ænd; ənd] ['spɪnɪtʃ]
RAVIOLI **OF** **CURDS** **AND** **SPINACH**
馄饨 的 凝乳 和 菠菜

凝乳菠菜馄饨

[wʌn] [smɔ:l] [bʌntʃ] [ʌv; əv] ['spɪnɪtʃ] [wʌn] / [ˌtu:'tu:] [paʊnd] [ʌv; əv] ['kɜ:dz]
1 **small** **bunch** **of** **spinach** **1** **/** **2** **pound** **of** **curds**
1 小的 束 的 菠菜 1 / 2 磅 的 凝乳

一小把菠菜，半磅凝乳

[kʊk] [ðə; ði] ['spɪnɪtʃ] , [dreɪn] , [ænd; ənd] [tʃɑ:p] [ʌp] [faɪn] , [ˌeɪ di: 'di:][ðə; ði]['kɜ:dz] , [wʌn] [eg] ,
Cook **the** **spinach** **,** **drain** **,** **and** **chop** **up** **fine** **,** **add** **the** **curds** **,** **one** **egg** **,**
厨师 这 菠菜 , 流走 , 和 劈 向上 美好的 , 添加 这 凝乳 , 一 蛋 ,

将菠菜煮熟，沥干水分，切碎，加入凝乳、一个鸡蛋，

[sɔ:lt][ænd; ənd] ['pepər] , [dæʃ] [ʌv; əv] ['nʌtmeg] , [ænd; ənd][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['greɪtɪd] [tʃi:z] .
salt **and** **pepper** **,** **dash** **of** **nutmeg** **,** **and** **a** **little** **grated** **cheese** **.**
盐 和 胡椒 , 短跑 的 肉豆蔻 , 和 一个 小的 磨碎的 奶酪 .

盐和胡椒粉，少许肉豆蔻粉，以及少许磨碎的奶酪。

[ˌeɪ di: 'di:][tu:; tə][ðə; ði] [peɪst] , [ænd; ənd] [bɔɪl] [æz; əz] [bɪ'fɔ:r] .
Add **to** **the** **paste** **,** **and** **boil** **as** **before** **.**
添加 到 这 粘贴 , 和 熬 作为 前 .

加入糊状物中，然后像之前一样煮沸。

[swi:t] [ˌrævi'oʊli] ([ˌrævi'oʊli]['doʊltʃeɪ])
SWEET **RAVIOLI** **(** **Ravioli** **Dolce** **)**
甜的 馄饨 (馄饨 杜尔切)

甜味馄饨（Ravioli Dolce）

[ði:z] [ˌrævi'oʊli][kæn; kən][bi:; bi] [ju:st] ['ɔ:lsoʊ][æz; əz][ə; eɪ] [dɪ'zɜ:rt] [baɪ] [prɪ'peərɪŋ] [ðem; ðəm][æz; əz]
These **ravioli** **can** **be** **used** **also** **as** **a** **dessert** **by** **preparing** **them** **as**
这些 馄饨 能 是 用过的 还 作为 一个 甜点 经过 准备 他们 作为
['fɑ:loʊz] :
follows **:**
跟随 :

这些馄饨也可以作为甜点食用，做法如下：

[teɪk] [wʌn] / [ˌtu:'tu:] [paʊnd] [ʌv; əv]['flaʊər][wʌn] ['teɪblspu:n] [ʌv; əv] ['bʌtər] [ˌtu:'tu:] ['teɪbəlˌspu:nz] [ʌv; əv]
Take **1** **/** **2** **pound** **of** **flour** **1** **tablespoon** **of** **butter** **2** **tablespoons** **of**
拿 1 / 2 磅 的 面粉 1 汤匙 的 黄油 2 汤匙 的
[lɑ:rd]
lard
猪油

取半磅面粉、1汤匙黄油、2汤匙猪油

[wɜːrk] [ðɪs] ['ɪntuː][ə; eɪ] [peɪst] [ænd; ənd][roʊl][aʊt] [θɪn] .
Work this into a paste and roll out thin .
工作 这 进入 一个 粘贴 和 卷 出去 薄的 .

将其捣成糊状，然后擀成薄片。

[teɪk] [wʌn] - [hæf] [paʊnd] [ʌv; əv] ['kɜːdz] , [ˌeɪ diː 'diː][wʌn] [eg] , [ænd; ənd][ðə; ði][joʊk][ʌv; əv][ə; eɪ]['sekənd] [eg] ,
Take one - half pound of curds , add one egg , and the yolk of a second egg ,
拿 一 - 一半 磅 的 凝乳 , 添加 一 蛋 , 和 这 蛋黄 的 一个 第二 蛋 ,

取半磅凝乳，加入一个鸡蛋，再加入第二个鸡蛋的蛋黄，

[tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv]['grænjuleɪtɪd] ['ʃʊgər] , [ə; eɪ] [fjuː] [drɑːps][ʌv; əv]['ekstrækt; ɪk'strækt][ʌv; əv] [və'nɪlə] .
two tablespoons of granulated sugar , a few drops of extract of vanilla .
二 汤匙 的 颗粒状 糖 , 一个 很少 滴 的 提炼 的 香草 .

两汤匙砂糖，几滴香草精。

[mɪks] [wel] [tə'geðər] [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][tuː; tə][ðə; ði] [peɪst] [æz; əz] [bɪ'fɔːr] .
Mix well together and add to the paste as before .
混合 出色地 一起 和 添加 到 这 粘贴 作为 前 .

充分混合后，像之前一样加入糊状物中。

[ðen] [fraɪ][ɪn][lɑːrd][ʌn'tɪl][ə; eɪ]['goʊldən] [braʊn] .
Then fry in lard until a golden brown .
然后 炒 在 猪油 直到 一个 金的 棕色的 .

然后用猪油煎至金黄色。

[sɜːrv] [wɪð; wɪθ] ['paʊdərd] ['ʃʊgər] .
Serve with powdered sugar .
服务 和 粉末状 糖 .

撒上糖粉即可食用。

['tɪmbəl] [ʌv; əv] [ˌmækə'roʊni]
TIMBALE OF MACARONI
定音鼓 的 通心粉

通心粉鼓

[teɪk] [ə; eɪ] [smɔːl] [piːs] [ʌv; əv][hæm][fæt] , [wʌn] - [hæf][ʌv; əv]['ʌnjən] , [piːs] [ʌv; əv] ['seləri] ,
Take a small piece of ham fat , one - half of onion , piece of celery ,
拿 一个 小的 片 的 火腿 胖的 , 一 - 一半 的 洋葱 , 片 的 芹菜 ,

取一小块火腿肥肉、半个洋葱、一小段芹菜，

['pɑːrsli] , [smɔːl] [piːs] [ʌv; əv] ['kærət] .
parsley , small piece of carrot .
香菜 , 小的 片 的 胡萝卜 .

欧芹碎，一小块胡萝卜。

[tʃɑːp] [ʌp] [faɪn] [tə'geðər] .
Chop up fine together .
劈 向上 美好的 一起 .

切碎。

[pʊt] ['ɪntuː][ə; eɪ] ['sɔːspæn] ,
Put into a saucepan ,
放 进入 一个 平底锅 ,

放入平底锅中，

[ænd; ənd] [wen] [ðə; ði]['vedʒtəb(ə)lz][ɑ:r; ər][fraɪd][ˌeɪ di: 'di:] [tu:] [ɔ:r] [θri:] ['mʌʃrʊmz] [wɪtʃ] [hæv; həv]
and **when** **the** **vegetables** **are** **fried** **add** **two** **or** **three** **mushrooms** **which** **have**
和 什么时候 这 蔬菜 是 油煎 添加 二 或者 三 蘑菇 哪个 有
[bɪn] [tʃɑ:pt] [faɪn] ;
been **chopped** **fine** **;**
到过 切碎 美好的 ;

蔬菜炒熟后，加入两三个切碎的蘑菇；

['æftər][faɪv] ['mɪnɪts] [ˌeɪ di: 'di:] [tu:] ['teɪbəlˌspu:nz] [ʌv; əv][tə'meɪtoʊ] [peɪst] ,
after **five** **minutes** **add** **two** **tablespoons** **of** **tomato** **paste** **,**
后 五 分钟 添加 二 汤匙 的 番茄 粘贴 ,

五分钟后加入两汤匙番茄酱。

[θɪnd] [wɪð; wɪθ][faɪv] ['teɪbəlˌspu:nz] [ʌv; əv][hɑ:t]['wɔ:tər] ([ɔ:r]['i:kwəl]['kwɑ:ntəti][ʌv; əv][tə'meɪtoʊ] [sɔ:s]
thinned **with** **five** **tablespoons** **of** **hot** **water** **(** **or** **equal** **quantity** **of** **tomato** **sauce**
变薄 和 五 汤匙 的 热的 水 (或者 平等的 数量 的 番茄 酱
[wɪ'ðaʊt] ['wɔ:tər]) .
without **water** **)** **.**
没有 水) .

用五汤匙热水稀释（或等量的不加水的番茄酱）。

[wen] [ðə; ði] [sɔ:s] [ɪz] [kʊkt] [teɪk] [aʊt][ðə; ði] ['mʌʃrʊmz] [ænd; ənd][pʊt][ðem; ðəm][ɑ:n][wʌn][saɪd] .
When **the** **sauce** **is** **cooked** **take** **out** **the** **mushrooms** **and** **put** **them** **on** **one** **side** **.**
什么时候 这 酱 是 煮熟 拿 出去 这 蘑菇 和 放 他们 在 一 边 .

酱汁煮好后，取出蘑菇放在一边。

[teɪk] [wʌn] - [hæf] [paʊnd] [ʌv; əv][ˌmækə'roʊni] .
Take **one** **-** **half** **pound** **of** **macaroni** **.**
拿 一 - 一半 磅 的 通心粉 .

取半磅通心粉。

[bɔɪl] [ɪn] ['sɔ:ltɪd] ['wɔ:tər][fɔ:r; fər] [ˌfɪf'ti:n] ['mɪnɪts] , [dreɪn] , [ænd; ənd][ˌeɪ di: 'di:][ðə; ði] [sɔ:s] [dɪ'skraɪbd]
Boil **in** **salted** **water** **for** **fifteen** **minutes** **,** **drain** **,** **and** **add** **the** **sauce** **described**
熬 在 咸的 水 为了 十五 分钟 , 流走 , 和 添加 这 酱 描述
[ə'bʌv] .
above **.**
多于 .

在盐水中煮15分钟，沥干水分，然后加入上述酱汁。

[ˌeɪ di: 'di:] [tu:] ['teɪbəlˌspu:nz] ['pɑ:rməzɑ:nˌ'pɑ:rməzæn] [tʃi:z] , ['greɪtɪd] , [ænd; ənd][wʌn] ['teɪblspu:n] [ʌv; əv]
Add **two** **tablespoons** **Parmesan** **cheese** **,** **grated** **,** **and** **one** **tablespoon** **of**
添加 二 汤匙 帕尔马干酪 奶酪 , 磨碎的 , 和 一 汤匙 的
['bʌtər] .
butter **.**
黄油 .

加入两汤匙磨碎的帕玛森奶酪和一汤匙黄油。

['bʌtər] [wel] [ə; eɪ][moʊld] , [ðen] ['kʌvər][wɪð; wɪθ][ə; eɪ] [θɪn] ['leɪər] [ʌv; əv] [bred] [krʌmz] [ðə; ði] ['bɑ:təm]
Butter **well** **a** **mold** **,** **then** **cover** **with** **a** **thin** **layer** **of** **bread** **crumbs** **the** **bottom**
黄油 出色地 一个 模具 , 然后 覆盖 和 一个 薄的 层 的 面包 面包屑 这 底部
[ænd; ənd][saɪdz] .
and **sides** **.**
和 侧面 .

在模具上涂抹厚厚一层黄油，然后在底部和侧面铺上一层薄薄的面包屑。

[pɔ:r] ['ɪntu:][ðə; ði][moʊld][wʌn] - [hæf][ðə; ði][ˌmækə'roʊni] ,
Pour **into** **the** **mold** **one** **-** **half** **the** **macaroni** **,**
倒 进入 这 模具 一 - 一半 这 通心粉 ,

将一半通心粉倒入模具中，

[ðen] [pleɪs] [ɑːn][ˌaɪ 'tiː][ə; eɪ] ['leɪər] [ʌv; əv] ['mʌʃrʊmz] [wɪtʃ] [juː; jʊ][hæv; həv]['teɪkən] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði]
then **place** **on** **it** **a** **layer** **of** **mushrooms** **which** **you** **have** **taken** **out** **of** **the**
然后 地方 在 它 一个 层 的 蘑菇 哪个 你 有 已采取 出去 的 这
[sɔːs] .
sauce **.**
酱 .

然后在上面铺上一层从酱汁中取出的蘑菇。

[naʊ] [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] ['ʌðər] [hæf][ʌv; əv][ðə; ði][ˌmækə'roʊni] , [ænd; ənd] [ðen] [ə'nʌðər] [θɪn] ['leɪər] [ʌv; əv]
Now **add** **the** **other** **half** **of** **the** **macaroni** **,** **and** **then** **another** **thin** **layer** **of**
现在 添加 这 其他 一半 的 这 通心粉 , 和 然后 其他 薄的 层 的
[bred] [krʌmz] .
bread **crumbs** **.**
面包 面包屑 .

现在加入剩下的半份通心粉，然后再铺上一层薄薄的面包屑。

[pʊt][ðə; ði][moʊld]['ɪntuː][ðə; ði]['ʌv(ə)n] [wɪ'ðaʊt] ['tɜːrnɪŋ] [ˌaɪ 'tiː]['oʊvər] ,
Put **the** **mold** **into** **the** **oven** **without** **turning** **it** **over** **,**
放 这 模具 进入 这 烤箱 没有 转弯 它 超过 ,

将模具放入烤箱，无需翻面。

[ænd; ənd] [beɪk] [ɪn][ə; eɪ] [sloʊ] ['ʌv(ə)n][ʌn'tɪl] [wel] [braʊn] .
and **bake** **in** **a** **slow** **oven** **until** **well** **browned** **.**
和 烤 在 一个 慢的 烤箱 直到 出色地 棕色 .

用低温烤箱烘烤至金黄色。

[ðen] [tɜːrn][aʊt][ænd; ənd] [sɜːrv] .
Then **turn** **out** **and** **serve** **.**
然后 转动 出去 和 服务 .

然后脱模上桌。

[tuː; tə] [ðɪs] ['tɪmbəl] , [ɪf] [dɪ'zaɪrd] [fɔːr; fər][və'raɪəti] ,
To **this** **timbale** **,** **if** **desired** **for** **variety** **,**
到 这 定音鼓 , 如果 想要的 为了 种类 ,

如果为了增加变化，可以给这个定音鼓加音符。

[koʊld] [miːt] [ʌv; əv] ['eni][kaɪnd][kʌt] [ʌp] [faɪn] [meɪ] [biː; bi] ['ædɪd] [tuː; tə][ðə; ði] [sɔːs] ;
cold **meat** **of** **any** **kind** **cut** **up** **fine** **may** **be** **added** **to** **the** **sauce** **;**
寒冷的 肉 的 任何 种类 切 向上美好的 可能 是 额外 到 这 酱 ;

任何种类的冷肉切碎后都可以加入酱汁中;

[ænd; ənd][wʌn] [eg] , [hɑːrd] [bɔɪld] , [ænd; ənd][kʌt]['ɪntuː] [fɔːr] ['piːsɪz] .
and **one** **egg** **,** **hard** **boiled** **,** **and** **cut** **into** **four** **pieces** **.**
和 一 蛋 , 难的 煮沸 , 和 切 进入 四 件 .

还有一个煮熟的鸡蛋，切成四块。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] [eg] , [ænd; ənd][ðə; ði] ['piːsɪz] [ʌv; əv] [miːt] [wɪtʃ] [juː; jʊ][hæv; həv] [rɪ'muːvd] [frʌm; frəm]
Add **the** **egg** **,** **and** **the** **pieces** **of** **meat** **which** **you** **have** **removed** **from**
添加 这 蛋 , 和 这 件 的 肉 哪个 你 有 已移除 从
[ðə; ði] [sɔːs] ,
the **sauce** **,**
这 酱 ,

加入鸡蛋，以及从酱汁中取出的肉块。

[tuː; tə][ðə; ði] ['tɪmbəl] [æt; ət][ðə; ði] [seɪm] [taɪm] [ðæt] [juː; jʊ][ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] ['mʌʃrʊmz] .
to **the** **timbale** **at** **the** **same** **time** **that** **you** **add** **the** **mushrooms** **.**
到 这 定音鼓 在 这 相同的 时间 那 你 添加 这 蘑菇 .

在加入蘑菇的同时，将香料加入到定音鼓中。

[raɪs] ['tɪmbəl]
RICE **TIMBALE**
米 定音鼓

米饭蒂姆巴莱

[ðɪs] ['tɪmbəl] [ɪz] [meɪd] [ɪn][ðə; ði] [seɪm] [wei] [æz; əz][ðə; ði] [prɪ'si:dɪŋ] [wʌn] , ['oʊnli] ['sʌbstitju:tiŋ] [raɪs]
This **timbale** **is** **made** **in** **the** **same** **way** **as** **the** **preceding** **one** **,** **only** **substituting** **rice**
这 定音鼓 是 制成 在 这 相同的 方式 作为 这 前 一 , 仅有的 替换 米
[fɔ:r; fər][ˌmækə'roʊni] .
for **macaroni** **.**
为了 通心粉 .

这道蒂姆巴莱的做法与前一道相同，只是用米饭代替了通心粉。

[wʌn] - [hæf] [kʌp] [ʌv; əv] [raɪs] .
One **-** **half** **cup** **of** **rice** **.**
一 - 一半 杯子 的 米 .

半杯米。

['tɪmbəl] [ʌv; əv] ['rɪbən] [ˌmækə'roʊni]
TIMBALE **OF** **RIBBON** **MACARONI**
定音鼓 的 丝带 通心粉

丝带通心粉

[ðɪs] [ɪz] [prɪ'perd] [æz; əz][ðə; ði] [tu:] [prɪ'si:dɪŋ] [wʌnz] , ['ju:zɪŋ] ['rɪbən] [ˌmækə'roʊni] [ɪn'sted] [ʌv; əv][raɪs]
This **is** **prepared** **as** **the** **two** **preceding** **ones** **,** **using** **Ribbon** **Macaroni** **instead** **of** **rice**
这 是 准备 作为 这 二 前 一个 , 使用 丝带 通心粉 反而 的 米
[ɔ:r]['ɔ:rd(ə)neri][ˌmækə'roʊni] .
or **ordinary** **macaroni** **.**
或者 普通的 通心粉 .

这道菜的做法与前两道菜相同，只是用宽面条代替了米饭或普通通心粉。

[raɪs] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] .
RICE **,** **ETC** **.**
米 , ETC .

大米等。

[raɪs] [wɪð; wɪθ] ['pi:z]
RICE **WITH** **PEAS**
米 和 豌豆

豌豆饭

[wʌn] / [ˌtu:'tu:] [kʌp] [ʌv; əv] [raɪs] ['greɪtɪd] ['pɑ:rməzɑ:n,'pɑ:rməzæn] [tʃi:z] [ˌtu:'tu:] ['teɪbəlˌspu:nz] [ʌv; əv] ['bʌtər]
1 **/** **2** **cup** **of** **rice** **Grated** **Parmesan** **cheese** **2** **tablespoons** **of** **butter**
1 / 2 杯子 的 米 磨碎的 帕尔马干酪 奶酪 2 汤匙 的 黄油
[wʌn] [smɔ:l] ['ʌnjən]
1 **small** **onion**
1 小的 洋葱

半杯米饭，磨碎的帕玛森奶酪，2汤匙黄油，1个小洋葱

[tʃɑ:p] [ðə; ði] ['ʌnjən] [ʌp] [faɪn] [ænd; ənd] [pʊt] [ˌaɪ 'ti:] ['ɪntu:] [ðə; ði] ['sɔ:spæn] [wɪð; wɪθ] [wʌn] - [hæf] [ðə; ði]
Chop **the** **onion** **up** **fine** **and** **put** **it** **into** **the** **saucepan** **with** **one** **-** **half** **the**
劈 这 洋葱 向上美好的 和 放 它 进入 这 平底锅 和 一 - 一半 这
['bʌtər] ([wʌn] ['teɪblspu:n]) .
butter **(** **one** **tablespoon** **)** **.**
黄油 (一 汤匙) .

将洋葱切碎，放入平底锅中，加入一半的黄油（一汤匙）。

[kʊk] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] ['ʌnjən] [ɪz] [braʊn] ,
Cook **until** **the** **onion** **is** **brown** **,**
厨师 直到 这 洋葱 是 棕色的 ,

将洋葱炒至褐色，

[ðen] [pɔ:r] [ɑ:n][ðə; ði][raɪs] ([rɔ:]) [ænd; ənd][fraɪ][ʌn'tɪl][ðə; ði][raɪs][ɪz][draɪ] .
then **pour** **on** **the** **rice** **(** **raw** **)** **and** **fry** **until** **the** **rice** **is** **dry** **.**
然后 倒 在 这 米 (生的) 和 炒 直到 这 米 是 干燥 .

然后倒入生米，翻炒至米粒变干。

[ðen] [ˌeɪ diː ˈdiː][hɑːt]['wɔːtər] , [ə; eɪ] ['ledlfəl] [æt; ət][ə; eɪ][taɪm] ,
Then **add** **hot** **water** **,** **a** **ladleful** **at** **a** **time** **,**
然后 添加 热的 水 , 一个 一勺 在 一个 时间 ,

然后一勺一勺地加入热水。

['teɪkɪŋ] [ker] [nɑːt][tuː; tə][let][ðə; ði][raɪs] [bɔɪl] [tuː] [hɑːrd] ,
taking **care** **not** **to** **let** **the** **rice** **boil** **too** **hard** **,**
采取 关心 不是 到 让 这 米 熬 也 难的 ,

注意不要把米饭煮得太硬。

[æz; əz][ˌaɪ ˈtiː] [wɪl] [ðen] [bɪˈkʌm] [hɑːrd][ɪn][ðə; ði]['mɪd(ə)l][ænd; ənd]['flaʊəri][əˈraʊnd][ðə; ði]['ɛdʒəz, 'ɛdʒɪz] .
as **it** **will** **then** **become** **hard** **in** **the** **middle** **and** **floury** **around** **the** **edges** **.**
作为 它 将要 然后 变得 难的 在 这 中间 和 面粉状的 大约 这 边缘 .

这样一来，中间就会变硬，边缘则会变得粉粉的。

[wen] [ðə; ði][raɪs][ɪz] [kʊkt] , [pʊt][ðə; ði] ['sɔːspæn] [æt; ət][ðə; ði] [bæk] [ʌv; əv][ðə; ði] [stoʊv] ,
When **the** **rice** **is** **cooked** **,** **put** **the** **saucepan** **at** **the** **back** **of** **the** **stove** **,**
什么时候 这 米 是 煮熟 , 放 这 平底锅 在 这 后退 的 这 火炉 ,

米饭煮熟后，把锅放到炉灶后面。

[ænd; ənd][ˌeɪ diː ˈdiː][ðə; ði][rest][ʌv; əv][ðə; ði] ['bʌtər] .
and **add** **the** **rest** **of** **the** **butter** **.**
和 添加 这 休息 的 这 黄油 .

然后加入剩余的黄油。

[bɪˈfɔːr] ['teɪkɪŋ] [ɔːf][ðə; ði][stoʊv][ˌeɪ diː ˈdiː][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['greɪtɪd]['pɑːrməzɑːnˌpɑːrməzæn] [tʃiːz] [ænd; ənd]
Before **taking** **off** **the** **stove** **add** **a** **little** **grated** **Parmesan** **cheese** **and**
前 采取 离开 这 火炉 添加 一个 小的 磨碎的 帕尔马干酪 奶酪 和
[ðə; ði] ['piːz] ,
the **peas** **,**
这 豌豆 ,

关火前加入少许帕玛森奶酪碎和豌豆。

[wɪtʃ] [hæv; həv] [bɪn] [prɪˈperd] [æz; əz] ['fɑːloʊz] :
which **have** **been** **prepared** **as** **follows** **:**
哪个 有 到过 准备 作为 跟随 :

已按以下方式准备：

[teɪk] [ə; eɪ] [smɔːl] [piːs] [ʌv; əv][hæm][fæt] , [wʌn] - [hæf] [smɔːl] ['ʌnjən] , [ænd; ənd][sʌm; səm] ['pɑːrsli] .
Take **a** **small** **piece** **of** **ham** **fat** **,** **one** **-** **half** **small** **onion** **,** **and** **some** **parsley** **.**
拿 一个 小的 片 的 火腿 胖的 , 一 - 一半 小的 洋葱 , 和 一些 香菜 .

取一小块火腿肥肉、半个小洋葱和一些欧芹。

[tʃɑːp] [təˈgeðər] [faɪn] , [ˌeɪ diː ˈdiː] [θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['ɑːlɪv] - [ɔɪl] , [sɔːlt][ænd; ənd] ['pepər] ,
Chop **together** **fine** **,** **add** **three** **tablespoons** **of** **olive** **-** **oil** **,** **salt** **and** **pepper** **,**
劈 一起 美好的 , 添加 三 汤匙 的 橄榄 - 油 , 盐 和 胡椒 ,

将所有食材切碎，加入三汤匙橄榄油、盐和胡椒粉。

[ænd; ənd][pʊt]['ɪntuː][ə; eɪ] ['sɔːspæn] [ɑːn][ðə; ði]['faɪər] .
and **put** **into** **a** **saucepan** **on** **the** **fire** **.**
和 放 进入 一个 平底锅 在 这 火 .

然后放入火上的平底锅中。

[wen] [ðə; ði]['ʌnjən][ɪz] ['kʌlərd] [ˌeɪ diː 'diː][wʌn][kæn; kən][ʌv; əv] [griːn] ['piːz] ([ɔːr] [freʃ] ['piːz] ,
When **the** **onion** **is** **colored** **add** **one** **can** **of** **green** **peas** **(** **or** **fresh** **peas** **,**
什么时候 这 洋葱 是 有色 添加 一 能 的 绿色的 豌豆 (或者 新鲜的 豌豆 ,
[əˈkɔːrdɪŋ] [tuː; tə]['siːz(ə)n]) .
according **to** **season** **)** **.**
根据 到 季节) .

当洋葱变色后，加入一罐青豆（或根据季节加入新鲜豌豆）。

[wen] [ðə; ði] ['piːz] [hæv; həv] [əb'zɔːrbd] [ɔːl][ðə; ði]['ɑːlɪv] - [ɔɪl][ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ] [sə'fɪʃ(ə)nt] ['kwɑːntəti][ʌv; əv]

When	the	peas	have	absorbed	all	the	olive	-	oil	add	a	sufficient	quantity	of
什么时候	这	豌豆	有	吸收	全部	这	橄榄	-	油	添加	一个	充足的	数量	的

[brɔːθ] [tuː; tə]['kʌvər][ðem; ðəm] ([ɔːr]['wɔːtər]) [ænd; ənd] [kʊk] [ʌn'tɪl] ['piːz] [ɑːr; ər][sɔːft] .

broth	to	cover	them	(	or	water	)	and	cook	until	peas	are	soft	.
肉汤	到	覆盖	他们	(	或者	水	)	和	厨师	直到	豌豆	是	柔软的	.

当豌豆吸收了所有的橄榄油后，加入足够的肉汤（或水）盖住豌豆，煮至豌豆变软。

[ðen] [mɪks][ðə; ði] ['piːz] [wɪð; wɪθ][ðə; ði][raɪs] , [ˌeɪ diː 'diː][wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv]['pɑːrməzɑːnˌ'pɑːrməzæn]

Then	mix	the	peas	with	the	rice	,	add	one	tablespoon	of	Parmesan
然后	混合	这	豌豆	和	这	米	,	添加	一	汤匙	的	帕尔马干酪

[tʃiːz] , [ænd; ənd] [sɜːrv] .

cheese	,	and	serve	.
奶酪	,	和	服务	.

然后将豌豆与米饭混合，加入一汤匙帕玛森奶酪，即可食用。

[raɪs] " ['ɑːlə] [rə'mɑːnə] " ([rɪ'sɔːtoʊˌrɪ'zɔːtoʊ]['ɑːlə][rə'mɑːnə])

RICE	"	ALLA	ROMANA	"	(	Risotto	alla	Romana	)
米	"	阿拉	罗曼娜	"	(	意大利烩饭	阿拉	罗曼娜	)

"ALLA ROMANA"米饭（Risotto alla Romana）

[ə; eɪ] [smɔːl] [piːs] [ʌv; əv][hæm][fæt]

A	small	piece	of	ham	fat
一个	小的	片	的	火腿	胖的

一小块火腿脂肪

[wʌn] [stɔːk] [ʌv; əv] ['seləri]

1	stalk	of	celery
1	茎	的	芹菜

根芹菜

['pɑːrsli]

Parsley
香菜

香菜

[wʌn] ['ʌnjən]

1	onion
1	洋葱

1个洋葱

[ˌtuː'tuː] ['mʌʃrʊmz] [kænd] , [ɔːr][wʌn] [freʃ] ['mʌʃrʊm]

2	mushrooms	canned	,	or	1	fresh	mushroom
2	蘑菇	罐装	,	或者	1	新鲜的	蘑菇

2个罐装蘑菇，或1个新鲜蘑菇

[wʌn] / [θriː] [paʊnd] [ʌv; əv] [liːn] [biːf]

1	/	3	pound	of	lean	beef
1	/	3	磅	的	倾斜	牛肉

1/3磅瘦牛肉

[tʃɑːp] [ðiːz] [ɪn'griːdiənts] [tə'geðər] [ænd; ənd] [pʊt] [ðem; ðəm]['ɪntuː][ə; eɪ][lɑːrdʒ] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ]

Chop	these	ingredients	together	and	put	them	into	a	large	saucepan	with	a
劈	这些	原料	一起	和	放	他们	进入	一个	大的	平底锅	和	一个

[smɔːl] [piːs] [ʌv; əv] ['bʌtər] .

small	piece	of	butter	.
小的	片	的	黄油	.

将这些食材切碎，放入一个大平底锅中，加入一小块黄油。

[kʊk] [ʌn'tɪl][ðə; ði] [miːt] [ɪz] [wel] [braʊn] .

Cook	until	the	meat	is	well	browned	.
厨师	直到	这	肉	是	出色地	棕色	.

将肉煎至表面呈褐色。

[ðen] [ˌeɪ diː ˈdiː][wʌn] [ˈteɪblspuːn] [ʌv; əv] [red] [ɔːr] [waɪt] [waɪn] .

Then	add	one	tablespoon	of	red	or	white	wine	.
然后	添加	一	汤匙	的	红色的	或者	白色的	葡萄酒	.

然后加入一汤匙红葡萄酒或白葡萄酒。

[kʊk] [fɔːr; fər][ə; eɪ] [fjuː] [ˈmɪnɪts] ,

Cook	for	a	few	minutes	,
厨师	为了	一个	很少	分钟	,

煮几分钟，

[ðen] [ˌeɪ diː ˈdiː][wʌn] [ˈteɪblspuːn] [ʌv; əv][təˈmeɪtoʊ] [peɪst] [dɪˈzɑːlvd] [ɪn][ə; eɪ][ˈlɪt(ə)l][hɑːt][ˈwɔːtər] ,

then	add	one	tablespoon	of	tomato	paste	dissolved	in	a	little	hot	water	,
然后	添加	一	汤匙	的	番茄	粘贴	溶解	在	一个	小的	热的	水	,

然后加入一汤匙溶于少量热水中的番茄酱，

[ɔːr] [tuː] [ænd; ənd][wʌn] - [hæf] [ˈteɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv][ðə; ði] [ˈʌðər] [təˈmeɪtoʊ] [sɔːs] .

or	two	and	one	-	half	tablespoons	of	the	other	tomato	sauce	.
或者	二	和	一	-	一半	汤匙	的	这	其他	番茄	酱	.

或者两汤匙半另一种番茄酱。

[kʊk] [wel] , [ˈædɪŋ] [frʌm; frəm][taɪm][tuː; tə][taɪm][ə; eɪ][ˈlɪt(ə)l][ˈwɔːtər] — [wʌn] - [hæf] [kʌp][ɪn][ɔːl] .

Cook	well	,	adding	from	time	to	time	a	little	water	—	one	-	half	cup	in	all	.
厨师	出色地	,	添加	从	时间	到	时间	一个	小的	水	—	一	-	一半	杯子	在	全部	.

充分煮熟，期间不时加入少量水——总共加半杯水。

[wɑːʃ] [ðə; ði][raɪs] ([ə; eɪ][ˈlɪt(ə)l] [les] [ðæn; ðən][ə; eɪ][ˈkʌpfʊl]) ,

Wash	the	rice	(	a	little	less	than	a	cupful	)	,
洗	这	米	(	一个	小的	较少的	比	一个	一杯	)	,

将米淘洗干净（略少于一杯），

[ˌeɪ diː ˈdiː][ˌaɪ ˈtiː][tuː; tə][ðə; ði] [ˈʌðər] [ɪnˈgriːdiənts] [ɪn][ðə; ði] [ˈsɔːspæn] , [ænd; ənd] [kʊk] [fɔːr; fər][əˈbaʊt]

add	it	to	the	other	ingredients	in	the	saucepan	,	and	cook	for	about
添加	它	到	这	其他	原料	在	这	平底锅	,	和	厨师	为了	关于

['twenti] ['mɪnɪts] ,

twenty	minutes	,
二十	分钟	,

将其加入平底锅中的其他食材中，煮约二十分钟。

[ʌnˈtɪl][ðə; ði][raɪs][ɪz][sɔːft] , ['ædɪŋ] [mɔːr] ['wɔːtər][frʌm; frəm][taɪm][tuː; tə][taɪm] .

until	the	rice	is	soft	,	adding	more	water	from	time	to	time	.
直到	这	米	是	柔软的	,	添加	更多的	水	从	时间	到	时间	.

煮至米饭软烂，期间不时加水。

[ðen] [ˌeɪ diː ˈdiː] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv]['greɪtɪd]['pɑːrməzɑːnˌˈpɑːrməzæn] [tʃiːz] , [mɪks] [wel] , [ænd; ənd]

Then	add	two	tablespoons	of	grated	Parmesan	cheese	,	mix	well	,	and
然后	添加	二	汤匙	的	磨碎的	帕尔马干酪	奶酪	,	混合	出色地	,	和

[sɜːrv] , [wɪð; wɪθ] [mɔːr] [tʃiːz] [ɪf] [dɪˈzaɪrd] .

serve	,	with	more	cheese	if	desired	.
服务	,	和	更多的	奶酪	如果	想要的	.

然后加入两汤匙磨碎的帕玛森奶酪，搅拌均匀即可食用，如果需要可以再加一些奶酪。

[rɪˈsɔːtoʊˌrɪˈzɔːtoʊ] " ['ɑːlə] -

RISOTTO	"	ALLA	NOSTRALE
意大利烩饭	"	阿拉	-

意大利烩饭“ALLA NOSTRALE”

" [teɪk] [ə; eɪ][smɔːl] [piːs] [ʌv; əv]['ʌnjən] , [slaɪs]['ɪntuː][smɔːl]['bɪts] ,

"	Take	a	small	piece	of	onion	,	slice	into	small	bits	,
"	拿	一个	小的	片	的	洋葱	,	片	进入	小的	比特	,

取一小块洋葱，切成小丁，

[ænd; ənd] [pʊt] ['ɪntuː] [ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['bʌtər] .

and	put	into	a	saucepan	with	two	tablespoons	of	butter	.
和	放	进入	一个	平底锅	和	二	汤匙	的	黄油	.

放入平底锅中，加入两汤匙黄油。

[kʊk] [ʌn'tɪl] ['ʌnjən] [ɪz] [braʊn] .

Cook	until	onion	is	browned	.
厨师	直到	洋葱	是	棕色	.

炒至洋葱呈褐色。

[wɑːʃ] [wel] [wʌn] - [hæf] [kʌp] [ʌv; əv] [raɪs] .

Wash	well	one	-	half	cup	of	rice	.
洗	出色地	一	-	一半	杯子	的	米	.

将半杯米淘洗干净。

[pʊt] [ˌaɪ 'tiː] ['ɪntuː] [ðə; ði] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['ʌnjən] , [ˌeɪ diː 'diː] [sɔːlt] [ænd; ənd] ['pepər] ,

Put	it	into	the	saucepan	with	the	onion	,	add	salt	and	pepper	,
放	它	进入	这	平底锅	和	这	洋葱	,	添加	盐	和	胡椒	,

把它和洋葱一起放入平底锅中，加入盐和胡椒粉。

[ænd; ənd] [fraɪ] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] [raɪs] [ɪz] [draɪ] .

and	fry	until	the	rice	is	dry	.
和	炒	直到	这	米	是	干燥	.

炒至米饭变干。

[ðen] [teɪk] [wʌn] [ænd; ənd] [wʌn] - [hæf] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] [tə'meɪtoʊ] [peɪst] ,

Then	take	one	and	one	-	half	tablespoons	of	tomato	paste	,
然后	拿	一	和	一	-	一半	汤匙	的	番茄	粘贴	,

然后取一汤匙半番茄酱，

[θɪnd] [wɪð; wɪθ] [hɑːt] ['wɔːtər] ([ɔːr] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['ʌðər] [tə'meɪtoʊ] [sɔːs]) , [ænd; ənd]

thinned	with	hot	water	(	or	two	tablespoons	of	other	tomato	sauce	)	,	and
变薄	和	热的	水	(	或者	二	汤匙	的	其他	番茄	酱	)	,	和

[ˌeɪ diː 'diː] [tuː; tə] [ðə; ði] [raɪs] .

add	to	the	rice	.
添加	到	这	米	.

用热水（或两汤匙其他番茄酱）稀释，然后加入米饭中。

['lɪt(ə)l] [baɪ] ['lɪt(ə)l] [ˌeɪ diː 'diː] [hɑːt] ['wɔːtər] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] [raɪs] [ɪz] [kʊkt] [θruː] ([ə'baʊt] [wʌn] [kʌp] [ʌv; əv]

Little	by	little	add	hot	water	until	the	rice	is	cooked	through	(	about	one	cup	of
小的	经过	小的	添加	热的	水	直到	这	米	是	煮熟	通过	(	关于	一	杯子	的

[hɑːt] ['wɔːtər]) .

hot	water	)	.
热的	水	)	.

一点一点地加入热水，直到米饭煮熟（大约需要一杯热水）。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː] ['greɪtɪd] [tʃiːz] , ['pɑːrməzɑːnˌ'pɑːrməzæn] [ɔːr] [gru'jerˌgrɪ'jer] , [wʌn] [ænd; ənd] [wʌn] - [hæf]

Then	add	grated	cheese	,	Parmesan	or	Gruyere	,	one	and	one	-	half
然后	添加	磨碎的	奶酪	,	帕尔马干酪	或者	格鲁耶尔奶酪	,	一	和	一	-	一半

['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['bʌtər] ,

tablespoons	of	butter	,
汤匙	的	黄油	,

然后加入磨碎的奶酪，帕玛森奶酪或格鲁耶尔奶酪，以及一汤匙半黄油。

[ænd; ənd] [mɪks] [wel] ['oʊvər] [ðə; ði] ['faɪər] , [ðen] [sɜːrv] .

and	mix	well	over	the	fire	,	then	serve	.
和	混合	出色地	超过	这	火	,	然后	服务	.

在火上充分搅拌，然后即可食用。

[ðɪs] [raɪs] [kæn; kən] [biː; bi] [sɜːrvd] [ə'loʊn] [ɔːr] [wɪð; wɪθ] [fraɪd] ['sɒsɪdʒɪz] , [ɔːr] [wɪð; wɪθ] [koʊld] ['tʃɪkɪn] ,

This	rice	can	be	served	alone	or	with	fried	sausages	,	or	with	cold	chicken	,
这	米	能	是	服务	独自的	或者	和	油煎	香肠	,	或者	和	寒冷的	鸡	,

这种米饭可以单独食用，也可以搭配炸香肠或凉拌鸡肉。

[ɔːr] ['eni] [left] - ['oʊvər] [miːt] [prɪ'perd] [ɪn][ðə; ði] ['fɑːloʊɪŋ] ['mænər] :

or	any	left	-	over	meat	prepared	in	the	following	manner	:
或者	任何	左边	-	超过	肉	准备	在	这	下列的	方式	:

或按以下方式处理的任何剩余肉类：

[teɪk] [wʌn][ænd; ənd][wʌn] - [hæf] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['bʌtər] [ɪn][ə; eɪ] ['sɔːspæn] .

Take	one	and	one	-	half	tablespoons	of	butter	in	a	saucepan	.
拿	一	和	一	-	一半	汤匙	的	黄油	在	一个	平底锅	.

在平底锅中放入一汤匙半黄油。

[kʌt] [ðə; ði][koʊld] [miːt] ['ɪntuː]['slaɪsɪz] , [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][ðem; ðəm][tuː; tə][ðə; ði] ['bʌtər] .

Cut	the	cold	meat	into	slices	,	and	add	them	to	the	butter	.
切	这	寒冷的	肉	进入	切片	,	和	添加	他们	到	这	黄油	.

将冷肉切成片，加入黄油中。

[fraɪ] [wel] , [ðen] [teɪk] [wʌn][ænd; ənd][wʌn] - [hæf] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv][tə'meɪtoʊ] [peɪst] ,

Fry	well	,	then	take	one	and	one	-	half	tablespoons	of	tomato	paste	,
炒	出色地	,	然后	拿	一	和	一	-	一半	汤匙	的	番茄	粘贴	,

煎至金黄，然后加入一汤匙半番茄酱，

[θɪnd] [ɪn]['wɔːtər] ([ɔːr] [θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [tə'meɪtoʊ] [sɔːs]) .

thinned	in	water	(	or	three	tablespoons	tomato	sauce	)	.
变薄	在	水	(	或者	三	汤匙	番茄	酱	)	.

用水（或三汤匙番茄酱）稀释。

[ˌeɪ diː 'diː][tuː; tə][ðə; ði] [miːt] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][æt; ət][ə; eɪ][taɪm] .

Add	to	the	meat	a	little	at	a	time	.
添加	到	这	肉	一个	小的	在	一个	时间	.

一点一点地加入肉中。

['sɪmər] [fɔːr; fər][wʌn] - [hæf] ['aʊər] , [ðen] [pʊt]['ɪntuː][ðə; ði]['mɪd(ə)l][ʌv; əv][hɑːt] ['plætər] , [sə'raʊndɪd]

Simmer	for	one	-	half	hour	,	then	put	into	the	middle	of	hot	platter	,	surrounded
煨	为了	一	-	一半	小时	,	然后	放	进入	这	中间	的	热的	拼盘	,	包围

[baɪ][raɪs] ,

by	rice	,
经过	米	,

小火慢炖半小时，然后盛入热盘中央，周围铺上米饭。

[ænd; ənd] [pɔːr] [ðɪs] [sɔːs] ['oʊvər][ɔːl] .

and	pour	this	sauce	over	all	.
和	倒	这	酱	超过	全部	.

然后将酱汁淋在所有食材上。

[ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ]['hændfʊl][ʌv; əv]['greɪtɪd]['pɑːrməzɑːnˌ'pɑːrməzæn] [tʃiːz] [tuː; tə][ðə; ði][raɪs] .

Add	a	handful	of	grated	Parmesan	cheese	to	the	rice	.
添加	一个	少数	的	磨碎的	帕尔马干酪	奶酪	到	这	米	.

在米饭中加入一把磨碎的帕玛森奶酪。

[ðɪs] [ˌprepə'reɪʃ(ə)n][ʌv; əv] [miːt] [kæn; kən][biː; bi] [sɜːrvd] [wɪð; wɪθ][ˌmækə'roʊni][ɔːr][kɔːrn] - [miːl] [ɪn'sted]

This	preparation	of	meat	can	be	served	with	macaroni	or	corn	-	meal	instead
这	准备	的	肉	能	是	服务	和	通心粉	或者	玉米	-	一顿饭	反而

[ʌv; əv][ðə; ði][raɪs] .

of	the	rice	.
的	这	米	.

这种肉的做法可以搭配通心粉或玉米粉，而不是米饭。

[raɪs] [wɪð; wɪθ] ['bʌtər] [ænd; ənd] [tʃiːz] (['riːsoʊ][ɪn][biː'ɑːŋkoʊ])

RICE	WITH	BUTTER	AND	CHEESE	(	Riso	in	Bianco	)
米	和	黄油	和	奶酪	(	里索	在	比安科	)

黄油奶酪米饭（Riso in Bianco）

[teɪk] [wʌn] - [hæf] [kʌp] [ʌv; əv] [raɪs] .
Take one - half cup of rice .
拿 一 - 一半 杯子 的 米 .

取半杯米。

[bɔɪl] [ɪn] ['sɔːltɪd] ['wɔːtər] .
Boil in salted water .
熬 在 咸的 水 .

用盐水煮沸。

['æftər] ['twenti] ['mɪnɪts] [ʌv; əv] ['bɔɪlɪŋ] [teɪk] [ɔːf] [ðə; ði] ['faɪər] [ænd; ənd] [dreɪn] .
After twenty minutes of boiling take off the fire and drain .
后 二十 分钟 的 沸腾 拿 离开 这 火 和 流走 .

煮沸二十分钟后关火沥干水分。

[ðen] [pʊt] [ðə; ði] [raɪs] [bæk] ['ɪntuː] [ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ] [θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['greɪtɪd] [tʃiːz] (
Then put the rice back into a saucepan with three tablespoons of grated cheese (
然后 放 这 米 后退 进入 一个 平底锅 和 三 汤匙 的 磨碎的 奶酪 (
['pɑːrməzɑːnˌ'pɑːrməzæn]) [ænd; ənd] [θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['bʌtər] .
Parmesan) and three tablespoons of butter .
帕尔马干酪) 和 三 汤匙 的 黄油 .

然后将米饭放回平底锅中，加入三汤匙磨碎的奶酪（帕玛森奶酪）和三汤匙黄油。

[mɪks] [wel] [ænd; ənd] [sɜːrv] [æz; əz] [æn; ən] ['ɑːntreɪ] , [ɔːr] [ə'raʊnd] [ə; eɪ] [pleɪt] [ʌv; əv] [miːt] . .
Mix well and serve as an entree , or around a plate of meat . .
混合 出色地 和 服务 作为 一个 主菜 , 或者 大约 一个 盘子 的 肉 . .

充分搅拌后即可作为主菜，或搭配肉类菜肴食用。

[raɪs] [wɪð; wɪθ] [tə'meɪtoʊz]
RICE WITH TOMATOES
米 和 西红柿

番茄饭

[bɔɪl] [ə; eɪ] [kʌp] [ʌv; əv] [raɪs] [sɔːft] [ɪn] [hɑːt] ['wɔːtər] .
Boil a cup of rice soft in hot water .
熬 一个 杯子 的 米 柔软的 在 热的 水 .

将一杯米用热水煮软。

[ʃeɪk] [ˌaɪ 'tiː] [naʊ] [ænd; ənd] [ðen] , [bʌt; bət] [duː] [nɑːt] [stɜːr] [ˌaɪ 'tiː] .
Shake it now and then , but do not stir it .
摇 它 现在 和 然后 , 但 做 不是 搅拌 它 .

时不时摇晃一下，但不要搅拌。

[dreɪn] [ˌaɪ 'tiː] , [ˌeɪ diː 'diː] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] [mɪlk] [ɪn] [wɪtʃ] [ə; eɪ] ['biːtn] [eg] [hæz; həz] [bɪn] [mɪkst] ,
Drain it , add a little milk in which a beaten egg has been mixed ,
流走 它 , 添加 一个 小的 牛奶 在 哪个 一个 被打败 蛋 有 到过 混合 ,

沥干水分，加入少量牛奶，牛奶中拌入打散的鸡蛋。

[wʌn] ['tiːspuːn] [ʌv; əv] ['bʌtər] , [ænd; ənd] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] ['pepər] [ænd; ənd] [sɔːlt] .
one teaspoon of butter , and a little pepper and salt .
一 茶匙 的 黄油 , 和 一个 小的 胡椒 和 盐 .

一茶匙黄油，少许胡椒粉和盐。

['sɪmər] [fɔːr; fər] [faɪv] ['mɪnɪts] , [ænd; ənd] [ɪf] [ðə; ði] [raɪs] [hæz; həz] [nɑːt] [əb'zɔːrbd] [ɔːl] [ðə; ði] [mɪlk] ,
Simmer for five minutes , and if the rice has not absorbed all the milk ,
煨 为了 五 分钟 , 和 如果 这 米 有 不是 吸收 全部 这 牛奶 ,
[dreɪn] [ˌaɪ 'tiː] [ə'gen] .
drain it again .
流走 它 再次 .

小火煮五分钟，如果米饭没有完全吸收牛奶，再沥干水分。

[pʊt][ðə; ði][raɪs][ə'raʊnd][ə; eɪ] [dɪʃ] , [smuːð] [ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː][ə; eɪ][wɔːl] ,

Put	**the**	**rice**	**around**	**a**	**dish**	**,**	**smooth**	**it**	**into**	**a**	**wall**	**,**
放	这	米	大约	一个	盘子	,	光滑的	它	进入	一个	墙	,

将米饭铺在盘子周围，抹平成一圈，

[wɑːʃ] [ˌaɪ 'tiː]['oʊvər][wɪð; wɪθ][ðə; ði][joʊk][ʌv; əv][ə; eɪ] ['biːtn] [eg] ,

wash	**it**	**over**	**with**	**the**	**yolk**	**of**	**a**	**beaten**	**egg**	**,**
洗	它	超过	和	这	蛋黄	的	一个	被打败	蛋	,

用打散的蛋黄液刷一遍。

[ænd; ənd][pʊt][ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː][ðə; ði]['ʌv(ə)n][ʌn'tɪl][fɜːrm] .

and	**put**	**it**	**into**	**the**	**oven**	**until**	**firm**	**.**
和	放	它	进入	这	烤箱	直到	公司	.

然后放入烤箱烤至凝固。

[teɪk] [ðə; ði] [streɪnd] [dʒuːs][ænd; ənd][pʌlp][ʌv; əv]['sev(ə)n][ɔːr] [eɪt] [tə'meɪtoʊz] , ['siːz(ə)n][wɪð; wɪθ]

Take	**the**	**strained**	**juice**	**and**	**pulp**	**of**	**seven**	**or**	**eight**	**tomatoes**	**,**	**season**	**with**
拿	这	紧张	汁	和	纸浆	的	七	或者	八	西红柿	,	季节	和

['pepər] ,

pepper	**,**
胡椒	,

取七八个番茄的汁液和果肉，过滤后用胡椒粉调味。

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l][sɔːlt][ænd; ənd]['ʃʊgər] , [ænd; ənd][wʌn] - [hæf][ʌv; əv][ə; eɪ] [tʃɑːpt] - [ʌp]['ʌnjən] ; [stuː]

a	**little**	**salt**	**and**	**sugar**	**,**	**and**	**one**	**-**	**half**	**of**	**a**	**chopped**	**-**	**up**	**onion**	**;**	**stew**
一个	小的	盐	和	糖	,	和	一	-	一半	的	一个	切碎	-	向上	洋葱	;	炖

[fɔːr; fər] ['twenti] ['mɪnɪts] ,

for	**twenty**	**minutes**	**,**
为了	二十	分钟	,

少许盐、糖和半个切碎的洋葱；炖20分钟。

[ðen] [stɜːr][ɪn][wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['bʌtər] [ænd; ənd] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv][faɪn] [bred] [krʌmz] .

then	**stir**	**in**	**one**	**tablespoon**	**of**	**butter**	**and**	**two**	**tablespoons**	**of**	**fine**	**bread**	**crumbs**	**.**
然后	搅拌	在	一	汤匙	的	黄油	和	二	汤匙	的	美好的	面包	面包屑	.

然后拌入一汤匙黄油和两汤匙细面包屑。

[stuː] [θriː] [ɔːr] [fɔːr] ['mɪnɪts] [tuː; tə] ['θɪkən] , [ænd; ənd] [ðen] [pɔːr] [ðə; ði][tə'meɪtoʊz]['ɪntuː][ðə; ði]

Stew	**three**	**or**	**four**	**minutes**	**to**	**thicken**	**,**	**and**	**then**	**pour**	**the**	**tomatoes**	**into**	**the**
炖	三	或者	四	分钟	到	加厚	,	和	然后	倒	这	西红柿	进入	这

[dɪʃ] ,

dish	**,**
盘子	,

炖煮三四分钟至汤汁浓稠，然后将番茄倒入盘中。

[ɪn][ðə; ði]['mɪd(ə)l][ʌv; əv][ðə; ði][raɪs] , [ænd; ənd] [sɜːrv] .

in	**the**	**middle**	**of**	**the**	**rice**	**,**	**and**	**serve**	**.**
在	这	中间	的	这	米	,	和	服务	.

将食材放在米饭中间，即可食用。

[raɪs] [wɪð; wɪθ] [tə'meɪtoʊz] " [ɔːl] - [ˌɪndi'ænə]

RICE	**WITH**	**TOMATOES**	**"**	**ALL**	**'**	**INDIANA**
米	和	西红柿	"	全部	-	印第安纳州

印第安纳州全境的番茄饭

" [wɑːʃ] [ə; eɪ][kʌp][ʌv; əv][raɪs][ænd; ənd][bɔɪl][ˌaɪ 'tiː] .

"	**Wash**	**a**	**cup**	**of**	**rice**	**and**	**boil**	**it**	**.**
"	洗	一个	杯子	的	米	和	熬	它	.

"淘洗一杯米，然后煮熟。"

[teɪk] ['sev(ə)n][ɔːr] [eɪt] [gʊd] - [saɪzd][tə'meɪtoʊz] , [bɔɪl][ænd; ənd][streɪn][ðem; ðəm] ,

Take	**seven**	**or**	**eight**	**good**	**-**	**sized**	**tomatoes**	**,**	**boil**	**and**	**strain**	**them**	**,**
拿	七	或者	八	好的	-	尺寸	西红柿	,	熬	和	拉紧	他们	,

取七八个个头适中的西红柿，煮熟后沥干水分。

[ænd; ənd]['siːz(ə)n][wɪð; wɪθ][sɔːlt][ænd; ənd][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['ɔːlspaɪs] .

and	season	with	salt	and	a	little	allspice	.
和	季节	和	盐	和	一个	小的	多香果	.

并用盐和少许五香粉调味。

[teɪk] [ə; eɪ] ['beɪkɪŋ] - [dɪʃ] [ænd; ənd] [pʊt] ['ɪntuː] [ˌaɪ 'tiː] ['ɔːltərnət] ['leər] [ʌv; əv] [tə'meɪtoʊ] [ænd; ənd] [raɪs] ,

Take	a	baking	-	dish	and	put	into	it	alternate	layers	of	tomato	and	rice	,
拿	一个	烘烤	-	盘子	和	放	进入	它	备用	层	的	番茄	和	米	,

取一个烤盘，在烤盘中交替铺上番茄和米饭，

['fɪnɪʃɪŋ] [ɔːf] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] ['leɪər] [ʌv; əv] [tə'meɪtoʊ] , ['kʌvərd] [ʌp] [wɪð; wɪθ] ['greɪtɪd] [bred] [krʌmz]

finishing	off	with	a	layer	of	tomato	,	covered	up	with	grated	bread	crumbs
精加工	离开	和	一个	层	的	番茄	,	涵盖	向上	和	磨碎的	面包	面包屑

['mɔɪsnd] [wɪð; wɪθ] [meltid] ['bʌtər] .

moistened	with	melted	butter	.
湿润	和	融化	黄油	.

最后铺上一层番茄，再盖上一层用融化黄油浸湿的面包屑。

[beɪk] [ɪn] [ə; eɪ] ['mɑːdərət] ['ʌv(ə)n] [fɔːr; fər] [ə; eɪ] [gʊd] [hæf] - ['aʊər] .

Bake	in	a	moderate	oven	for	a	good	half	-	hour	.
烤	在	一个	缓和	烤箱	为了	一个	好的	一半	-	小时	.

用中等温度的烤箱烘烤半小时左右。

[rɪ'sɔːtoʊˌrɪ'zɔːtoʊ] [wɪð; wɪθ] [hæm]

RISOTTO	WITH	HAM
意大利烩饭	和	火腿

火腿烩饭

[kʌt] ['ɪntuː] [smɔːl] ['piːsɪz] [wʌn] [aʊns] [ʌv; əv] [rɔː] [hæm] , [fæt] [ænd; ənd] [liːn] .

Cut	into	small	pieces	one	ounce	of	raw	ham	,	fat	and	lean	.
切	进入	小的	件	一	盎司	的	生的	火腿	,	胖的	和	倾斜	.

将一盎司生火腿（肥瘦相间）切成小块。

[tʃɑːp] [ʌp] [faɪn] [ə; eɪ] [smɔːl] [piːs] [ʌv; əv] ['ʌnjən] ,

Chop	up	fine	a	small	piece	of	onion	,
劈	向上	美好的	一个	小的	片	的	洋葱	,

将一小块洋葱切碎，

[ænd; ənd] [pʊt] [ˌaɪ 'tiː] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [hæm] ['ɪntuː] [ə; eɪ] ['fraɪɪŋ] - [pæn] [wɪð; wɪθ] [wʌn] - [hæf] [ə; eɪ]

and	put	it	with	the	ham	into	a	frying	-	pan	with	one	-	half	a
和	放	它	和	这	火腿	进入	一个	煎炸	-	平底锅	和	一	-	一半	一个

['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['bʌtər] .

tablespoon	of	butter	.
汤匙	的	黄油	.

将它与火腿一起放入煎锅中，加入半汤匙黄油。

[fraɪ] ['sloʊli] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] [hæm] [ænd; ənd] ['ʌnjənz] [ɑːr; ər] ['goʊldən] .

Fry	slowly	until	the	ham	and	onions	are	golden	.
炒	缓慢地	直到	这	火腿	和	洋葱	是	金的	.

用小火慢煎，直到火腿和洋葱呈金黄色。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː] [wʌn] - [hæf] [kʌp] [ʌv; əv] [ˌʌn'kʊkt] [raɪs] ; [wen] [ˌaɪ 'tiː] [hæz; həz] [kʊkt] [fɔːr; fər] [ə; eɪ]

Then	add	one	-	half	cup	of	uncooked	rice	;	when	it	has	cooked	for	a
然后	添加	一	-	一半	杯子	的	生	米	;	什么时候	它	有	煮熟	为了	一个

[fjuː] ['mɪnɪts] ,

few	minutes	,
很少	分钟	,

然后加入半杯生米；煮几分钟后，

[ˌeɪ diː ˈdiː] [twaɪs] [ɪts] [haɪt] [ʌv; əv] [ˈbuːjɑːn] ([ɔːr][ˈwɔːtər]) , [sɔːlt][ænd; ənd] [ˈpepər] , [ə; eɪ] [dæʃ] [ʌv; əv]

add	twice	its	height	of	bouillon	(	or	water	)	,	salt	and	pepper	,	a	dash	of
添加	两次	它是	高度	的	肉汤	(	或者	水	)	,	盐	和	胡椒	,	一个	短跑	的

['nʌtmeg] ,

nutmeg	,
肉豆蔻	,

加入两倍高度的肉汤（或水）、盐和胡椒粉，少许肉豆蔻粉。

[ænd; ənd][mɪks] [wel] [ænd; ənd] [əˈlaʊ] [ˌaɪ ˈtiː][tuː; tə] [bɔɪl] [fɔːr; fər] ['twenti] ['mɪnɪts] ['oʊvər][ə; eɪ] [gʊd] ['faɪər]

and	mix	well	and	allow	it	to	boil	for	twenty	minutes	over	a	good	fire
和	混合	出色地	和	允许	它	到	熬	为了	二十	分钟	超过	一个	好的	火

.

:
.

搅拌均匀，用大火煮20分钟。

[ðen] [teɪk] [ɔːf] [ðə; ðɪ] [stoʊv] , [ˌeɪ diː ˈdiː] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['bʌtər] [ænd; ənd] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz]

Then	take	off	the	stove	,	add	two	tablespoons	of	butter	and	two	tablespoons
然后	拿	离开	这	火炉	,	添加	二	汤匙	的	黄油	和	二	汤匙

[ʌv; əv]['pɑːrməzɑːnˌpɑːrməzæn] [tʃiːz] ['greɪtɪd] ;

of	Parmesan	cheese	grated	;
的	帕尔马干酪	奶酪	磨碎的	;

然后关火，加入两汤匙黄油和两汤匙磨碎的帕玛森奶酪；

[mɪks] [wel] [ænd; ənd] [sɜːrv] .

mix	well	and	serve	.
混合	出色地	和	服务	.

搅拌均匀即可食用。

[raɪs] [wɪð; wɪθ] ['mʌʃrʊmz]

RICE	WITH	MUSHROOMS
米	和	蘑菇

蘑菇饭

- ['mʌʃrʊmz] [ɪf] [kænd] , [ɔːr][faɪv][ɔːr][sɪks] [ɪf] [freʃ] [wʌnz][θriː] / [fɔːr][ʌv; əv][ə; eɪ][kʌp][ʌv; əv][raɪs]

10	mushrooms	if	canned	,	or	5	or	6	if	fresh	ones	3	/	4	of	a	cup	of	rice
-	蘑菇	如果	罐装	,	或者	5	或者	6	如果	新鲜的	一个	3	/	4	的	一个	杯子	的	米

罐装蘑菇10个，新鲜蘑菇5、6个；3/4杯米

[tʃɑːp] [ʌp] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] ['ʌnjən] , ['pɑːrsli] , ['seləri] , [ænd; ənd] ['kærət] [təˈgeðər] ,

Chop	up	a	little	onion	,	parsley	,	celery	,	and	carrot	together	,
劈	向上	一个	小的	洋葱	,	香菜	,	芹菜	,	和	胡萝卜	一起	,

将少许洋葱、欧芹、芹菜和胡萝卜一起切碎，

[ænd; ənd] [pʊt] [ðem; ðəm] [ɑːn] [ðə; ðɪ] ['faɪər] [wɪð; wɪθ] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] [gʊd] ['ɑːlɪv] - [ɔɪl] .

and	put	them	on	the	fire	with	two	tablespoons	of	good	olive	-	oil	.
和	放	他们	在	这	火	和	二	汤匙	的	好的	橄榄	-	油	.

把它们放在火上，加入两汤匙优质橄榄油。

[wen] [ðɪs] [sɔːs] [ɪz] ['kʌlərd] , [ˌeɪ diː ˈdiː] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv][təˈmeɪtoʊ] [peɪst] ,

When	this	sauce	is	colored	,	add	two	tablespoons	of	tomato	paste	,
什么时候	这	酱	是	有色	,	添加	二	汤匙	的	番茄	粘贴	,

待酱汁上色后，加入两汤匙番茄酱。

[θɪnd] [wɪð; wɪθ][hɑːt]['wɔːtər] ([ɔːr][ə; eɪ] [ˌkɔːrəˈspɑːndɪŋ] ['kwɑːntəti][ʌv; əv][təˈmeɪtoʊ] [sɔːs]) .

thinned	with	hot	water	(	or	a	corresponding	quantity	of	tomato	sauce	)	.
变薄	和	热的	水	(	或者	一个	相应的	数量	的	番茄	酱	)	.

用热水（或等量的番茄酱）稀释。

['siːz(ə)n] [wɪð; wɪθ][sɔːlt][ænd; ənd] ['pepər] .

Season	with	salt	and	pepper	.
季节	和	盐	和	胡椒	.

用盐和胡椒调味。

[kʌt] [ðə; ði] ['mʌʃrʊmz] ['ɪntu:] [smɔ:l] ['pi:sɪz] , [ænd; ənd][ˌeɪ di: 'di:][ðem; ðəm][tu:; tə][ðə; ði] [sɔ:s] .

Cut	**the**	**mushrooms**	**into**	**small**	**pieces**	**,**	**and**	**add**	**them**	**to**	**the**	**sauce**	**.**
切	这	蘑菇	进入	小的	件	,	和	添加	他们	到	这	酱	.

将蘑菇切成小块，加入酱汁中。

[kʊk] [fɔ:r; fər] ['twenti] ['mɪnɪts] ['oʊvər][ə; eɪ]['mi:diəm]['faɪər] .

Cook	**for**	**twenty**	**minutes**	**over**	**a**	**medium**	**fire**	**.**
厨师	为了	二十	分钟	超过	一个	中等的	火	.

用中火煮20分钟。

[pʊt][ɑ:n][wʌn][saɪd][ænd; ənd] [prɪ'per] [ðə; ði][raɪs][æz; əz]['fɑ:loʊz] :

Put	**on**	**one**	**side**	**and**	**prepare**	**the**	**rice**	**as**	**follows**	**:**
放	在	一	边	和	准备	这	米	作为	跟随	:

将米饭放在一旁备用，然后按以下步骤准备米饭：

[fraɪ][ðə; ði][raɪs][wɪð; wɪθ][ə; eɪ][lʌmp][ʌv; əv] ['bʌtər] [ʌn'tɪl][draɪ] ; [ðen] [ˌeɪ di: 'di:][hɑ:t]['wɔ:tər] ,

Fry	**the**	**rice**	**with**	**a**	**lump**	**of**	**butter**	**until**	**dry**	**;**	**then**	**add**	**hot**	**water**	**,**
炒	这	米	和	一个	块	的	黄油	直到	干燥	;	然后	添加	热的	水	,

用一小块黄油将米饭炒干；然后加入热水，

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l][æt; ət][ə; eɪ][taɪm] , [ænd; ənd][bɔɪl]['dʒentli] .

a	**little**	**at**	**a**	**time**	**,**	**and**	**boil**	**gently**	**.**
一个	小的	在	一个	时间	,	和	熬	轻轻地	.

分次少量加入，小火慢煮。

[wen] [ðə; ði][raɪs][ɪz][hæf] [kʊkt] (['æftər][ə'baʊt][ten] ['mɪnɪts]) [ˌeɪ di: 'di:][ðə; ði] ['mʌʃrʊmz]

When	**the**	**rice**	**is**	**half**	**cooked**	**(**	**after**	**about**	**ten**	**minutes**	**)**	**add**	**the**	**mushrooms**
什么时候	这	米	是	一半	煮熟	(	后	关于	十	分钟	)	添加	这	蘑菇

[ænd; ənd] [sɔ:s] ,

and	**sauce**	**,**
和	酱	,

米饭煮至半熟（约十分钟后）时，加入蘑菇和酱汁。

[ænd; ənd] [kʊk] [fɔ:r; fər] [ə'nʌðər] [ten] ['mɪnɪts] .

and	**cook**	**for**	**another**	**ten**	**minutes**	**.**
和	厨师	为了	其他	十	分钟	.

再煮十分钟。

[ˌeɪ di: 'di:]['greɪtɪd]['pɑ:rməzɑ:nˌpɑ:rməzæn] [tʃi:z] [bɪ'fɔ:r] ['sɜ:rvɪŋ] .

Add	**grated**	**Parmesan**	**cheese**	**before**	**serving**	**.**
添加	磨碎的	帕尔马干酪	奶酪	前	服务	.

上菜前撒上磨碎的帕玛森奶酪。

[poʊ'lentə] (['ɪndiən] [mi:l])

POLENTA	**(**	**Indian**	**Meal**	**)**
玉米粥	(	印度	一顿饭	)

玉米粥（印度餐）

[θri:] / [fɔ:r][ʌv; əv][ə; eɪ][kʌp][ʌv; əv] ['jeloʊ] ['ɪndiən] [mi:l] ([faɪn]) [θri:][kʌps][ʌv; əv]['wɔ:tər]

3	**/**	**4**	**of**	**a**	**cup**	**of**	**yellow**	**Indian**	**meal**	**(**	**fine**	**)**	**3**	**cups**	**of**	**water**
3	/	4	的	一个	杯子	的	黄色的	印度	一顿饭	(	美好的	)	3	杯子	的	水

3/4 杯黄色印度玉米粉（细粉） 3 杯水

[pʊt][ðə; ði]['wɔ:tər]['ɪntu:][ə; eɪ] ['grænɪt] [ɔ:r]['aɪərn] ['sɔ:spæn] , [ˌeɪ di: 'di:][sɔ:lt] .

Put	**the**	**water**	**into**	**a**	**granite**	**or**	**iron**	**saucepan**	**,**	**add**	**salt**	**.**
放	这	水	进入	一个	花岗岩	或者	铁	平底锅	,	添加	盐	.

将水倒入花岗岩或铁锅中，加入盐。

[wen] [ˌaɪ 'ti:] [bɪ'gɪnz] [tu:; tə] [bɔɪl] [ˌeɪ di: 'di:][ðə; ði] ['ɪndiən] [mi:l] , ['lɪt(ə)l][baɪ]['lɪt(ə)l] .

When	**it**	**begins**	**to**	**boil**	**add**	**the**	**Indian**	**meal**	**,**	**little**	**by**	**little**	**.**
什么时候	它	开始	到	熬	添加	这	印度	一顿饭	,	小的	经过	小的	.

水开后，一点一点地加入印度食物。

[kiːp] ['stɜːrɪŋ] ['kɑːnstəntli] [æz; əz][juː; jʊ] [pɔːr] [ˌaɪ 'tiː][ɪn] , [tuː; tə] [prɪ'vent] [lʌmps] .

Keep	**stirring**	**constantly**	**as**	**you**	**pour**	**it**	**in**	**,**	**to**	**prevent**	**lumps**	**.**
保持	搅拌	不断地	作为	你	倒	它	在	,	到	防止	肿块	.

倒入时要不停搅拌，防止结块。

[bɔɪl] [fɔːr; fər][wʌn] - [hæf] ['aʊər] , ['stɜːrɪŋ] ['kɑːnstəntli] ['oʊvər][ə; eɪ] ['mɑːdərət] ['faɪər] .

Boil	**for**	**one**	**-**	**half**	**hour**	**,**	**stirring**	**constantly**	**over**	**a**	**moderate**	**fire**	**.**
熬	为了	一	-	一半	小时	,	搅拌	不断地	超过	一个	缓和	火	.

用中火煮沸半小时，期间不断搅拌。

[ɪf] [dɪ'zaɪrd] , [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [mɔːr] ['wɔːtər] [meɪ] [biː; bi] ['ædɪd] [ɪf] [prɪ'fɜːrd] [nɑːt][soʊ] [θɪk] .

If	**desired**	**,**	**a**	**little**	**more**	**water**	**may**	**be**	**added**	**if**	**preferred**	**not**	**so**	**thick**	**.**
如果	想要的	,	一个	小的	更多的	水	可能	是	额外	如果	首选	不是	所以	厚的	.

如果喜欢稀一点的，可以酌情加水。

[ˌeɪ diː 'diː]['greɪtɪd] [tʃiːz] [ænd; ənd] ['bʌtər] .

Add	**grated**	**cheese**	**and**	**butter**	**.**
添加	磨碎的	奶酪	和	黄油	.

加入磨碎的奶酪和黄油。

[poʊ'lentə] ['frɪtərz]

POLENTA	**FRITTERS**
玉米粥	油炸饼

玉米粥油炸饼

[pʊt][wʌn] [pɪntʃ] [ʌv; əv][sɔːlt][ænd; ənd][wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['ʃʊgər] ['ɪntuː][ə; eɪ][kʌp][ʌv; əv][mɪlk] ,

Put	**one**	**pinch**	**of**	**salt**	**and**	**one**	**tablespoon**	**of**	**sugar**	**into**	**a**	**cup**	**of**	**milk**	**,**
放	一	捏	的	盐	和	一	汤匙	的	糖	进入	一个	杯子	的	牛奶	,

在一杯牛奶中加入一小撮盐和一汤匙糖。

[ænd; ənd][pʊt][ˌaɪ 'tiː][ɑːn][tuː; tə][bɔɪl] .

and	**put**	**it**	**on**	**to**	**boil**	**.**
和	放	它	在	到	熬	.

然后把它放进火上煮。

[æz; əz] [suːn] [æz; əz][ˌaɪ 'tiː] [bɔɪlz] [pɔːr] [ɪn] , ['lɪt(ə)l][baɪ]['lɪt(ə)l] , [wʌn] - [hæf][skænt][kʌp] [ʌv; əv] [faɪn] ['ɪndiən] [miːl] ,

As	**soon**	**as**	**it**	**boils**	**pour**	**in**	**,**	**little**	**by**	**little**	**,**	**one**	**-**	**half**	**scant**	**cup**	**of**	**fine**	**Indian**	**meal**	**,**
作为	很快	作为	它	沸腾	倒	在	,	小的	经过	小的	,	一	-	一半	稀少	杯子	的	美好的	印度	一顿饭	,

水一开，就一点一点地倒入半杯（略少于半杯）优质印度面粉。

['stɜːrɪŋ] ['kɑːnstəntli] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ] ['wʊd(ə)n] [spuːn] .

stirring	**constantly**	**with**	**a**	**wooden**	**spoon**	**.**
搅拌	不断地	和	一个	木制的	勺子	.

用木勺不停搅拌。

[ə'laʊ] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][bɔɪl]['dʒentli][fɔːr; fər] ['twenti] ['mɪnɪts] .

Allow	**it**	**to**	**boil**	**gently**	**for**	**twenty**	**minutes**	**.**
允许	它	到	熬	轻轻地	为了	二十	分钟	.

小火煮二十分钟。

[teɪk] [ˌaɪ 'tiː][ɔːf][ðə; ði][stoʊv] ,

Take	**it**	**off**	**the**	**stove**	**,**
拿	它	离开	这	火炉	,

把它从炉子上拿下来。

[ˌeɪ diː ˈdiː][wʌn]['lev(ə)l] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['bʌtər] [ænd; ənd][ðə; ði][joʊk][ʌv; əv][wʌn] [eg] [ænd; ənd][ə; eɪ]

add	one	level	tablespoon	of	butter	and	the	yolk	of	one	egg	and	a
添加	一	等级	汤匙	的	黄油	和	这	蛋黄	的	一	蛋	和	一个

['lɪt(ə)l]['greɪtɪd]['lemən] - [piːl] .

little	grated	lemon	-	peel	.
小的	磨碎的	柠檬	-	果皮	.

加入一平勺黄油、一个蛋黄和少许柠檬皮屑。

[biːt] [ʌp] [wel] [tuː; tə][mɪks][ðə; ði] [eg] [ænd; ənd] ['bʌtər] .

Beat	up	well	to	mix	the	egg	and	butter	.
打	向上出色地	到	混合	这	蛋	和	黄油	.	

充分搅拌，使鸡蛋和黄油混合均匀。

[ðen] [tɜːrn][ðə; ði]['mɪkstʃər]['ɑːntə][ðə; ði] [bred] - [bɔːrd] , [wɪtʃ] [hæz; həz] [bɪn] ['dæmpənd] ;

Then	turn	the	mixture	onto	the	bread	-	board	,	which	has	been	dampened	;
然后	转动	这	混合物	到	这	面包	-	木板	,	哪个	有	到过	潮湿	;

然后将混合物倒在已经弄湿的案板上；

[spred] [ˌaɪ ˈtiː][aʊt][tuː; tə][ðə; ði] ['θɪknəs] [ʌv; əv][ə; eɪ]['fɪŋgər] .

spread	it	out	to	the	thickness	of	a	finger	.
传播	它	出去	到	这	厚度	的	一个	手指	.

将其摊开至手指粗细。

[ə'laʊ] [ˌaɪ ˈtiː][tuː; tə] [kuːl] , [ðen] [kʌt]['ɪntuː] [skwer] [ɔːr]['daiəmənds][ɔːr]['lɪt(ə)l] [raʊndz] ,

Allow	it	to	cool	,	then	cut	into	squares	or	diamonds	or	little	rounds	,
允许	它	到	凉爽的	,	然后	切	进入	正方形	或者	钻石	或者	小的	回合	,

待其冷却后，切成方块、菱形或小圆片。

[dɪp] [ðiːz] ['ɪntuː] [eg] [ænd; ənd] [ðen] ['ɪntuː][ðə; ði] [bred] [krʌmz] , [ænd; ənd][fraɪ][ðem; ðəm][ɪn] ['bɔɪlɪŋ]

dip	these	into	egg	and	then	into	the	bread	crumbs	,	and	fry	them	in	boiling
蘸	这些	进入	蛋	和	然后	进入	这	面包	面包屑	,	和	炒	他们	在	沸腾

[lɑːrd] ,

lard	,
猪油	,

将它们蘸上蛋液，再裹上面包屑，然后在沸腾的猪油中煎炸。

[ə; eɪ] [fjuː] [æt; ət][ə; eɪ] [taɪm] .

a	few	at	a	time	.
一个	很少	在	一个	时间	.

一次几个。

['sprɪŋk(ə)l][wɪð; wɪθ]['ʃʊgər] , [ænd; ənd] [sɜːrv] [hɑːt] .

Sprinkle	with	sugar	,	and	serve	hot	.
撒	和	糖	,	和	服务	热的	.

撒上糖，趁热食用。

[poʊ'lentə] " ['ɑːlə] [təus'kɑːnə; tɔːs'kɑːnɑː]

POLENTA	"	ALLA	TOSCANA
玉米粥	"	阿拉	托斯卡纳

托斯卡纳风味玉米粥

" [ˌtuː'tuː] [kʌps] [ʌv; əv] ['ɪndiən] [miːl] [θriː][paɪnts][ʌv; əv][koʊld]['wɔːtər]

"	2	cups	of	Indian	meal	3	pints	of	cold	water
"	2	杯子	的	印度	一顿饭	3	品脱	的	寒冷的	水

杯印度玉米粉，3 品脱冷水

[pʊt][ðə; ði]['wɔːtər][ɑːn] , [ænd; ənd] [wen] [ˌaɪ ˈtiː] [bɔɪlz] [ˌeɪ diː ˈdiː][sɔːlt] .

Put	the	water	on	,	and	when	it	boils	add	salt	.
放	这	水	在	,	和	什么时候	它	沸腾	添加	盐	.

先烧开水，水开后加盐。

[ðen] [ˌeɪ di: 'di:][ðə; ði]['ɪndiən] [mi:l] , ['lɪt(ə)l][baɪ]['lɪt(ə)l] , ['stɜ:rɪŋ] [ɔ:l][ðə; ði][taɪm] .

Then	add	the	Indian	meal	,	little	by	little	,	stirring	all	the	time	.
然后	添加	这	印度	一顿饭	,	小的	经过	小的	,	搅拌	全部	这	时间	.

然后一点一点地加入印度粉，同时不停搅拌。

[ə'laʊ] [ˌaɪ 'ti:][tu:; tə][bɔɪl]['oʊvər][ə; eɪ] ['mɑ:dərət] ['faɪər][fɔ:r; fər][wʌn] - [hæf]['aʊər] , ['stɜ:rɪŋ] ['kɑ:nstəntli] .

Allow	it	to	boil	over	a	moderate	fire	for	one	-	half	hour	,	stirring	constantly	.
允许	它	到	熬	超过	一个	缓和	火	为了	一	-	一半	小时	,	搅拌	不断地	.

用中火煮半小时，期间不断搅拌。

[wen] [ðə; ði] [mi:l] [hæz; həz] [bɪ'kʌm] [kwaɪt] [stɪf] , [teɪk] [ə; eɪ] ['wʊd(ə)n] [spu:n] [ænd; ənd][dɪp][ˌaɪ 'ti:] ['ɪntu:][hɑ:t]['wɔ:tər] ,

When	the	meal	has	become	quite	stiff	,	take	a	wooden	spoon	and	dip	it	into	hot	water	,
什么时候	这	一顿饭	有	变得	相当	僵硬的	,	拿	一个	木制的	勺子	和	蘸	它	进入	热的	水	,

当饭菜变得比较稠的时候，取一把木勺，浸入热水中。

[ænd; ənd][wɪð; wɪθ][ˌaɪ 'ti:] [dɪ'tætʃ] [ðə; ði]['ɪndiən] [mi:l] [frʌm; frəm][ðə; ði][saɪd][ʌv; əv][ðə; ði] ['sɔ:spæn] ,

and	with	it	detach	the	Indian	meal	from	the	side	of	the	saucepan	,
和	和	它	分离	这	印度	一顿饭	从	这	边	的	这	平底锅	,

然后用它来将印度餐从平底锅边上取下。

[ðen] [hoʊld][ðə; ði] ['sɔ:spæn] [fɔ:r; fər][ə; eɪ]['moʊmənt]['oʊvər][ðə; ði] [hɑ:tɪst] [pɑ:rt][ʌv; əv][ðə; ði]['faɪər] ,

then	hold	the	saucepan	for	a	moment	over	the	hottest	part	of	the	fire	,
然后	抓住	这	平底锅	为了	一个	片刻	超过	这	最热门	部分	的	这	火	,

然后将平底锅放在火最热的地方烤一会儿。

[ʌn'tɪl][ðə; ði]['ɪndiən] [mi:l] [hæz; həz] [bɪ'kʌm] [dɪ'tætʃt] [frʌm; frəm][ðə; ði]['bɑ:təm] .

until	the	Indian	meal	has	become	detached	from	the	bottom	.
直到	这	印度	一顿饭	有	变得	分离的	从	这	底部	.

直到印度餐与底部分离。

[ðen] [tɜ:rn][ˌaɪ 'ti:][aʊt]['ɑ:ntə][ðə; ði] [bred] - [bɔ:rd] ; [ˌaɪ 'ti:][ʃʊd; ʃəd] [kʌm] [aʊt] [hoʊl] [ɪn][ə; eɪ][moʊld] .

Then	turn	it	out	onto	the	bread	-	board	;	it	should	come	out	whole	in	a	mold	.
然后	转动	它	出去	到	这	面包	-	木板	;	它	应该	来	出去	所有的	在	一个	模具	.

然后把它倒扣在面包板上；它应该能完整地从模具中取出。

[let] [ˌaɪ 'ti:][stænd][ə; eɪ] [fju:] ['moʊmənts][tu:; tə] [ku:l] .

Let	it	stand	a	few	moments	to	cool	.
让	它	站立	一个	很少	时刻	到	凉爽的	.

静置片刻使其冷却。

[ðen] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['waɪər] [kʌt] [ˌaɪ 'ti:]['ɪntu:]['slaɪsɪz][ə'baʊt][ðə; ði] ['θɪknəs] [ʌv; əv][ə; eɪ]['fɪŋgər] .

Then	with	a	wire	cut	it	into	slices	about	the	thickness	of	a	finger	.
然后	和	一个	金属丝	切	它	进入	切片	关于	这	厚度	的	一个	手指	.

然后用铁丝将其切成手指粗细的薄片。

[pleɪs] [ði:z] ['slaɪsɪz][ɑ:n][ə; eɪ][hɑ:t]['plætər] [ɪn][ə; eɪ]['leɪər] ;

Place	these	slices	on	a	hot	platter	in	a	layer	;
地方	这些	切片	在	一个	热的	拼盘	在	一个	层	;

将这些切片平铺在热盘上；

[pɔ:r] ['oʊvər][ðem; ðəm][ə; eɪ] [gʊd] [mi:t] ['greɪvi][ænd; ənd]['greɪtɪd] [tʃi:z] ;

pour	over	them	a	good	meat	gravy	and	grated	cheese	;
倒	超过	他们	一个	好的	肉	肉汁	和	磨碎的	奶酪	;

在上面浇上美味的肉汁和磨碎的奶酪；

[ðen] [pʊt] [ɑːn] [əˈnʌðər] [ˈleɪər] [ʌv; əv] [ðə; ði] [poʊˈlentə] , [ænd; ənd] [ˌeɪ diː ˈdiː] [mɔːr] [ˈgreɪvi] [ænd; ənd]

then put on another layer of the polenta , and add more gravy and

然后 放 在 其他 层 的 这 玉米粥 , 和 添加 更多的 肉汁 和

[tʃiːz] ,

cheese ,

奶酪 ,

然后铺上一层玉米粥，再淋上肉汁和奶酪。

[ænd; ənd] [soʊ] [ɑːn] , [ʌnˈtɪl] [jʊr; jər] [poʊˈlentə] [ɪz] [juːst] [ʌp] .

and so on , until your polenta is used up .

和 所以 在 , 直到 你的 玉米粥 是 用过的 向上 .

如此反复，直到你的玉米粥用完为止。

[poʊˈlentə] [wɪð; wɪθ] [tʃɑːpt] [ˈsɒsɪdʒɪz]

POLENTA WITH CHOPPED SAUSAGES

玉米粥 和 切碎 香肠

玉米粥配碎香肠

[prɪˈper] [ðə; ði] [ˈɪndiən] [miːl] [æz; əz] [ɪn] [ðə; ði] [prɪˈsiːdɪŋ] [rɪˈsiːt] .

Prepare the Indian meal as in the preceding receipt .

准备 这 印度 一顿饭 作为 在 这 前 收据 .

按照前面的食谱准备印度餐。

[teɪk] [fɔːr] [ˈdɪrˌfʊt] [ˈsɒsɪdʒɪz] ([ɔːr] [tuː] , [ɪf] [ə; eɪ] [ˈlɑːrdʒər] [vəˈraɪəti] [ʌv; əv] [ˈsɔːsɪdʒ]) , [rɪˈmuːv] [ðə; ði]

Take four Deerfoot sausages (or two , if a larger variety of sausage) , remove the

拿 四 鹿蹄 香肠 (或者 二 , 如果 一个 更大的 种类 的 香肠) , 消除 这

[skɪnz] ,

skins ,

皮肤 ,

取四根鹿蹄香肠（如果是其他品种的香肠，则取两根），去掉肠衣，

[tʃɑːp] [faɪn] , [ðen] [fraɪ] [ɪn] [ˈbʌtər] .

chop fine , then fry in butter .

劈 美好的 , 然后 炒 在 黄油 .

切碎，然后用黄油煎。

[wen] [ðeɪ] [ɑːr; ər] [ə; eɪ] [naɪs] [braʊn] [ˌeɪ diː ˈdiː] [wʌn] [ˈteɪblspuːn] [ʌv; əv] [stɑːk] ,

When they are a nice brown add one tablespoon of stock ,

什么时候 他们 是 一个 好的 棕色的 添加 一 汤匙 的 库存 ,

当它们变成漂亮的棕色时，加入一汤匙高汤。

[ænd; ənd] [tuː] [ˈteɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] [təˈmeɪtoʊ] [peɪst] [θɪnd] [wɪð; wɪθ] [hɑːt] [ˈwɔːtər] ([ɔːr] [ə; eɪ]

and two tablespoons of tomato paste thinned with hot water (or a

和 二 汤匙 的 番茄 粘贴 变薄 和 热的 水 (或者 一个

[ˌkɔːrəˈspɑːndɪŋ] [əˈmaʊnt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [təˈmeɪtoʊ] [sɔːs]) .

corresponding amount of the tomato sauce) .

相应的 数量 的 这 番茄 酱) .

以及两汤匙用热水稀释的番茄酱（或等量的番茄沙司）。

[kʊk] [fɔːr; fər] [ˌfɪfˈtiːn] [ˈmɪnɪts] [mɔːr] .

Cook for fifteen minutes more .

厨师 为了 十五 分钟 更多的 .

再煮十五分钟。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

简易意大利烹饪(Simple Italian Cookery)
第2/3页

[ðen] [kʌt] [ðə; ði] [poʊ'lentə] [ɪn] ['slaɪsɪz] [æz; əz] [ɪn] [prɪ'si:dɪŋ] [rɪ'si:t] [ænd; ənd] [ˌeɪ di: 'di:] [ðə; ði] [tʃɑ:pt]

Then	cut	the	polenta	in	slices	as	in	preceding	receipt	and	add	the	chopped
然后	切	这	玉米粥	在	切片	作为	在	前	收据	和	添加	这	切碎

['sɒsɪdʒɪz] [wɪð; wɪθ] [ðer; ðər] [sɔ:s] [ænd; ənd] ['greɪtɪd] [tʃi:z] ,

sausages	with	their	sauce	and	grated	cheese	,
香肠	和	他们的	酱	和	磨碎的	奶酪	,

然后像前面的食谱一样将玉米粥切成片，加入切碎的香肠及其酱汁和磨碎的奶酪。

[ɪn] ['leər] [æz; əz] [bɪ'fɔ:r] .

in	layers	as	before	.
在	层	作为	前	.

像以前一样分层进行。

['tʃɪkɪn] [wɪð; wɪθ] [poʊ'lentə]

CHICKEN	WITH	POLENTA
鸡	和	玉米粥

鸡肉配玉米粥

[teɪk] [ə; eɪ] [smɔ:l] ['tʃɪkɪn] ; [kli:n] [ænd; ənd] [prɪ'per] [ˌaɪ 'ti:] .

Take	a	small	chicken	;	clean	and	prepare	it	.
拿	一个	小的	鸡	;	干净的	和	准备	它	.

取一只小鸡，清洗干净并进行处理。

[teɪk] [ə; eɪ] [slaɪs] [ʌv; əv] [hæm] [fæt] [fɔ:r] ['fɪŋgərz] [waɪd] [ænd; ənd] [wʌn] ['fɪŋgər] [lɔ:ŋ] ([ɔ:r] [wʌn] ['teɪblspu:n]

Take	a	slice	of	ham	fat	four	fingers	wide	and	one	finger	long	(	or	one	tablespoon
拿	一个	片	的	火腿	胖的	四	手指	宽的	和	一	手指	长的	(	或者	一	汤匙

[ʌv; əv] [gʊd] [lɑ:rd]) .

of	good	lard	)	.
的	好的	猪油	)	.

取一片四指宽、一指长的火腿肥肉（或一汤匙优质猪油）。

[tʃɑ:p] [ʌp] ['veri] [faɪn] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] ['tʃɑ:pɪŋ] [naɪf] , [ænd; ənd] [pʊt] ['ɪntu:] [ə; eɪ] [gʊd] - [saɪzd] ['sɔ:spæn]

Chop	up	very	fine	with	a	chopping	knife	,	and	put	into	a	good	-	sized	saucepan
劈	向上	非常	美好的	和	一个	切碎	刀	,	和	放	进入	一个	好的	-	尺寸	平底锅

.

:

.

用菜刀切成细末，放入一个大号平底锅中。

[teɪk] [wʌn] - [hæf] [æn; ən] ['ʌnjən] , [ə; eɪ] [smɔ:l] ['kærət] , [ə; eɪ] [pi:s] [ʌv; əv] ['seləri] ,

Take	one	-	half	an	onion	,	a	small	carrot	,	a	piece	of	celery	,
拿	一	-	一半	一个	洋葱	,	一个	小的	胡萝卜	,	一个	片	的	芹菜	,

取半个洋葱、一小根胡萝卜、一小段芹菜，

[ænd; ənd] [kʌt] [ɔ:l] ['ɪntu:] ['veri] [smɔ:l] ['pi:sɪz] [ænd; ənd] [ˌeɪ di: 'di:] [ðem; ðəm] [ɔ:l] [tu:; tə] [ðə; ði] [fæt] .

and	cut	all	into	very	small	pieces	and	add	them	all	to	the	fat	.
和	切	全部	进入	非常	小的	件	和	添加	他们	全部	到	这	胖的	.

将所有食材切成小块，然后全部加入油脂中。

[ðen] [pʊt] [ɪn] [ðə; ði] ['tʃɪkɪn] , [ðə; ði] [sɔ:lt] , ['pepər] , [ænd; ənd] [ə; eɪ] [pɪntʃ] [ʌv; əv] ['ɔ:lspaɪs] , [ænd; ənd]

Then	put	in	the	chicken	,	the	salt	,	pepper	,	and	a	pinch	of	allspice	,	and
然后	放	在	这	鸡	,	这	盐	,	胡椒	,	和	一个	捏	的	多香果	,	和

['kʌvər] [ðə; ði] ['sɔ:spæn] .

cover	the	saucepan	.
覆盖	这	平底锅	.

然后放入鸡肉、盐、胡椒粉和少许五香粉，盖上锅盖。

[kʊk] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] ['tʃɪkɪn] [ɪz] ['kʌvərd] , ['beɪstɪŋ] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [griːs] ,

Cook	until	the	chicken	is	covered	,	basting	with	the	grease	,
厨师	直到	这	鸡	是	涵盖	,	涂抹	和	这	润滑脂	,

煎至鸡肉表面完全被油脂覆盖，期间不断刷上油脂。

[ænd; ənd] ['tɜːrnɪŋ] [ðə; ði] ['tʃɪkɪn] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [braʊn] [ɑːn] [ɔːl] [saɪdz] ;

and	turning	the	chicken	until	it	is	brown	on	all	sides	;
和	转弯	这	鸡	直到	它	是	棕色的	在	全部	侧面	;

将鸡肉翻面，直至四面都呈棕色；

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː] [wʌn] - [θɜːrd] [ʌv; əv] [ə; eɪ] [glæs] [ʌv; əv] [red] [ɔːr] [waɪt] [waɪn] .

then	add	one	-	third	of	a	glass	of	red	or	white	wine	.
然后	添加	一	-	第三	的	一个	玻璃	的	红色的	或者	白色的	葡萄酒	.

然后加入三分之一杯红葡萄酒或白葡萄酒。

[wen] [ðə; ði] [waɪn] [hæz; həz] [bɪ'kʌm] [əb'zɔːrbd] , [ˌeɪ diː 'diː] [wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] [ðə; ði] [tə'meɪtoʊ]

When	the	wine	has	become	absorbed	,	add	one	tablespoon	of	the	tomato
什么时候	这	葡萄酒	有	变得	吸收	,	添加	一	汤匙	的	这	番茄

[peɪst] ,

paste	,
粘贴	,

等酒被吸收后，加入一汤匙番茄酱。

[dɪ'zɑːlvd] [ɪn] [ə; eɪ] [kʌp] [ʌv; əv] [hɑːt] ['wɔːtər] ([ɔːr] [ə; eɪ] [kʌp] [ʌv; əv] [tə'meɪtoʊ] [sɔːs] [nɑːt] [tuː] [θɪk]) .

dissolved	in	a	cup	of	hot	water	(	or	a	cup	of	tomato	sauce	not	too	thick	)	.
溶解	在	一个	杯子	的	热的	水	(	或者	一个	杯子	的	番茄	酱	不是	也	厚的	)	.

溶于一杯热水（或一杯不太稠的番茄酱）中。

[kʊk] [fɔːr; fər] [ə; eɪ] [fjuː] ['moʊmənts] [mɔːr] — [ʌn'tɪl] [ðə; ði] ['tʃɪkɪn] [ɪz] ['θɜːrəli] [kʊkt] .

Cook	for	a	few	moments	more	—	until	the	chicken	is	thoroughly	cooked	.
厨师	为了	一个	很少	时刻	更多的	—	直到	这	鸡	是	彻底	煮熟	.

再煮一会儿，直到鸡肉完全煮熟。

[prɪ'per] [ðə; ði] ['ɪndiən] [miːl] [æz; əz] [ɪn] [rɪ'siːt] [fɔːr; fər] ['ɪndiən] [miːl] ,

Prepare	the	Indian	meal	as	in	receipt	for	Indian	meal	,
准备	这	印度	一顿饭	作为	在	收据	为了	印度	一顿饭	,

按照印度餐食谱准备印度餐。

[ænd; ənd] [sɜːrv] [ðə; ði] ['tʃɪkɪn] [sə'raʊndɪd] [baɪ] [ðə; ði] ['ɪndiən] [miːl] ,

and	serve	the	chicken	surrounded	by	the	Indian	meal	,
和	服务	这	鸡	包围	经过	这	印度	一顿饭	,

将鸡肉与印度菜肴一起上桌。

[wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [sɔːs] [pɔːd] ['oʊvər] [ɔːl] [ænd; ənd] ['greɪtɪd] [tʃiːz] ['sprɪŋkld] ['oʊvər] [ðə; ði] ['ɪndiən]

with	the	sauce	poured	over	all	and	grated	cheese	sprinkled	over	the	Indian
和	这	酱	倾倒	超过	全部	和	磨碎的	奶酪	撒上	超过	这	印度

[miːl] .

meal	.
一顿饭	.

将酱汁淋在所有食物上，并在印度餐上撒上磨碎的奶酪。

['pɪdʒɪn] [meɪ] [biː; bi] [prɪ'perd] [ɪn] [ðə; ði] [seɪm] [weɪ] [æz; əz] [ðə; ði] ['tʃɪkɪn] [ænd; ənd] [sɜːrvd] [wɪð; wɪθ]

Pigeon	may	be	prepared	in	the	same	way	as	the	chicken	and	served	with
鸽子	可能	是	准备	在	这	相同的	方式	作为	这	鸡	和	服务	和

[ðə; ði] ['ɪndiən] [miːl] ;

the	Indian	meal	;
这	印度	一顿饭	;

鸽子可以像鸡肉一样烹制，并与印度餐一起食用；

[ɔːr] ['iːðər] [wʌn] [meɪ] [biː; bi] [sɜːrvd] [ɪn'sted] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['ɪndiən] [miːl] [wɪð; wɪθ] [raɪs] ,

or	either	one	may	be	served	instead	of	the	Indian	meal	with	rice	,
或者	任何一个	一	可能	是	服务	反而	的	这	印度	一顿饭	和	米	,

或者，也可以用其中一种代替印度米饭。

[æz; əz][ɪn] [rɪ'si:t] [fɔ:r; fər][rɪ'sɔ:toʊˌrɪ'zɔ:toʊ]['ɑ:lə] - ; [ˌmækə'roʊni] , [æz; əz][ɪn] [rɪ'si:t] [fɔ:r; fər]

as	in	receipt	for	Risotto	alla	Nostrale	;	Macaroni	,	as	in	receipt	for
作为	在	收据	为了	意大利烩饭	阿拉	-	;	通心粉	,	作为	在	收据	为了

[ˌmækə'roʊni][wɪð; wɪθ] ['bʌtər] ,

Macaroni	with	Butter	,
通心粉	和	黄油	,

如意大利烩饭（Risotto alla Nostrale）的收据所示；通心粉，如黄油通心粉的收据所示，

[ɔ:r] ['rɪbən] [ˌmækə'roʊni] , [æz; əz][ɪn] [rɪ'si:t] ['gɪv(ə)n] .

or	Ribbon	Macaroni	,	as	in	receipt	given	.
或者	丝带	通心粉	,	作为	在	收据	给定	.

或者如收据所示，是丝带状通心粉。

[poʊ'lentə] -

POLENTA	PASTICCIATA
玉米粥	-

波伦塔馅饼

[θri:] / [fɔ:r][ʌv; əv][ə; eɪ][kʌp][ʌv; əv]['ɪndiən] [mi:l] [wʌn][kwɔ:rt][ʌv; əv][mɪlk]

3	/	4	of	a	cup	of	Indian	meal	1	quart	of	milk
3	/	4	的	一个	杯子	的	印度	一顿饭	1	夸脱	的	牛奶

3/4 杯印度玉米粉，1 夸脱牛奶

[bɔɪl][ðə; ði][mɪlk] , [ænd; ənd][ˌeɪ di: 'di:][ðə; ði]['ɪndiən] [mi:l] , [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][æt; ət][ə; eɪ][taɪm] ,

Boil	the	milk	,	and	add	the	Indian	meal	,	a	little	at	a	time	,
熬	这	牛奶	,	和	添加	这	印度	一顿饭	,	一个	小的	在	一个	时间	,

将牛奶煮沸，然后一点一点地加入印度面粉。

[wen] [mɪlk][ɪz] ['bɔɪlɪŋ] , ['stɜ:rɪŋ] ['kɑ:nstəntli] .

when	milk	is	boiling	,	stirring	constantly	.
什么时候	牛奶	是	沸腾	,	搅拌	不断地	.

牛奶沸腾时，要不停搅拌。

[kʊk] [fɔ:r; fər][wʌn] - [hæf][æn; ən]['aʊər] , ['stɜ:rɪŋ] ['kɑ:nstəntli] .

Cook	for	one	-	half	an	hour	,	stirring	constantly	.
厨师	为了	一	-	一半	一个	小时	,	搅拌	不断地	.

煮半小时，期间不断搅拌。

[ˌeɪ di: 'di:][sɔ:lt][dʒʌst] [bɪ'fɔ:r] ['teɪkɪŋ] [ɔ:f][ðə; ði]['faɪər] .

Add	salt	just	before	taking	off	the	fire	.
添加	盐	只是	前	采取	离开	这	火	.

临关火前再加盐。

[ðə; ði]['ɪndiən] [mi:l] [ʃʊd; ʃəd][bi:; bi] [stɪf] [wen] ['fɪnɪʃt] .

The	Indian	meal	should	be	stiff	when	finished	.
这	印度	一顿饭	应该	是	僵硬的什么时候		完成的	.

这道印度菜做好后应该比较硬。

[tɜ:rn][ˌaɪ 'ti:]['ɑ:ntə][ðə; ði] [bred] - [bɔ:rd] , [ænd; ənd] [spred] [ˌaɪ 'ti:][aʊt][tu:; tə][ðə; ði] ['θɪknəs] [ʌv; əv]

Turn	it	onto	the	bread	-	board	,	and	spread	it	out	to	the	thickness	of
转动	它	到	这	面包	-	木板	,	和	传播	它	出去	到	这	厚度	的

[tu:] ['fɪŋgərz] .

two	fingers	.
二	手指	.

将其翻到面包板上，摊开至两指厚。

[waɪl] [ˌaɪ 'ti:][ɪz] ['kʊkɪŋ] [prɪ'per] [ə; eɪ] [mi:t] [sɔ:s] , [ænd; ənd][ə; eɪ] [ˌbeɪʃə'mel] [sɔ:s] [æz; əz] ['fɑ:loʊz] :

While	it	is	cooking	prepare	a	meat	sauce	,	and	a	Bechamel	sauce	as	follows	:
尽管	它	是	烹饪	准备	一个	肉	酱	,	和	一个	贝夏梅尔	酱	作为	跟随	:

在烹煮肉酱的同时，按以下步骤准备肉酱和白汁：

[miːt] [sɔːs]
MEAT **SAUCE**
肉 酱

肉酱

[teɪk] [ə; eɪ] [smɔːl] [piːs] [ʌv; əv] [biːf] , [ə; eɪ] [smɔːl] [piːs] [ʌv; əv] [hæm] , [fæt] [ænd; ənd] [liːn] ,
Take **a** **small** **piece** **of** **beef** **,** **a** **small** **piece** **of** **ham** **,** **fat** **and** **lean** **,**
拿 一个 小的 片 的 牛肉 , 一个 小的 片 的 火腿 , 胖的 和 倾斜 ,

取一小块牛肉，一小块火腿，肥的瘦的都取一点，

[wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['bʌtər] , [ə; eɪ] [smɔːl] [piːs] [ʌv; əv] ['ʌnjən] , [ə; eɪ] [smɔːl] [piːs] [ʌv; əv] ['kærət] ,
one **tablespoon** **of** **butter** **,** **a** **small** **piece** **of** **onion** **,** **a** **small** **piece** **of** **carrot** **,**
一 汤匙 的 黄油 , 一个 小的 片 的 洋葱 , 一个 小的 片 的 胡萝卜 ,

一汤匙黄油，一小块洋葱，一小块胡萝卜，

[ə; eɪ] [smɔːl] [piːs] [ʌv; əv] ['seləri] , [ə; eɪ] [pɪntʃ] [ʌv; əv] ['flaʊər] ,
a **small** **piece** **of** **celery** **,** **a** **pinch** **of** **flour** **,**
一个 小的 片 的 芹菜 , 一个 捏 的 面粉 ,

一小段芹菜，一小撮面粉，

[wʌn] - [hæf] [kʌp] [ʌv; əv] ['buːjɑːn] ([ɔːr] [seɪm] [ə'maʊnt] [ʌv; əv] ['wɔːtər]) , ['pepər] .
one **-** **half** **cup** **of** **bouillon** **(** **or** **same** **amount** **of** **water** **)** **,** **pepper** **.**
一 - 一半 杯子 的 肉汤 (或者 相同的 数量 的 水) , 胡椒 .

半杯肉汤（或等量的水），胡椒粉。

[kʌt] [ðə; ði] [miːt] ['ɪntuː] [smɔːl] [daɪs] ; [tʃɑːp] [ʌp] [faɪn] [tə'geðər] [ðə; ði] [hæm] , ['ʌnjən] , ['kærət] , [ænd; ənd]
Cut **the** **meat** **into** **small** **dice** **;** **chop** **up** **fine** **together** **the** **ham** **,** **onion** **,** **carrot** **,** **and**
切 这 肉 进入 小的 骰子 ; 劈 向上 美好的 一起 这 火腿 , 洋葱 , 胡萝卜 , 和
['seləri] .
celery **.**
芹菜 .

将肉切成小丁；将火腿、洋葱、胡萝卜和芹菜一起切碎。

[pʊt] [ðiːz] [ɔːl] [tə'geðər] [wɪð; wɪθ] [sʌm; səm] ['pepər] ['ɪntuː] [ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['bʌtər] ,
Put **these** **all** **together** **with** **some** **pepper** **into** **a** **saucepan** **with** **the** **butter** **,**
放 这些 全部 一起 和 一些 胡椒 进入 一个 平底锅 和 这 黄油 ,

把所有这些食材，加上一些胡椒粉和黄油，一起放入平底锅中。

[ænd; ənd] [wen] [ðə; ði] [miːt] [ɪz] [braʊn] , [ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] [pɪntʃ] [ʌv; əv] ['flaʊər] ,
and **when** **the** **meat** **is** **brown** **,** **add** **the** **pinch** **of** **flour** **,**
和 什么时候 这 肉 是 棕色的 , 添加 这 捏 的 面粉 ,

肉变褐色后，加入一小撮面粉。

[ænd; ənd] [ðə; ði] ['buːjɑːn] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] [æt; ət] [ə; eɪ] [taɪm] ([ɔːr] [ðə; ði] ['wɔːtər]) ,
and **the** **bouillon** **a** **little** **at** **a** **time** **(** **or** **the** **water** **)** **,**
和 这 肉汤 一个 小的 在 一个 时间 (或者 这 水) ,

肉汤（或水）要一点一点地加进去。

[ænd; ənd] [kʊk] [fɔːr; fər] [ə'baʊt] [wʌn] - [hæf] [æn; ən] ['aʊər] .
and **cook** **for** **about** **one** **-** **half** **an** **hour** **.**
和 厨师 为了 关于 一 - 一半 一个 小时 .

煮约半小时。

[ðɪs] [sɔːs] [ʃʊd; ʃəd] [nɑːt] [biː; bi] [streɪnd] .
This **sauce** **should** **not** **be** **strained** **.**
这 酱 应该 不是 是 紧张 .

这种酱汁不需要过滤。

[ˌbeɪʃə'mel] [sɔːs]
BECHAMEL **SAUCE**
贝夏梅尔 酱

贝夏梅尔酱

[teɪk] [wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv]['flaʊər] , [ænd; ənd][wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['bʌtər] .

Take	one	tablespoon	of	flour	,	and	one	tablespoon	of	butter	.
拿	一	汤匙	的	面粉	,	和	一	汤匙	的	黄油	.

取一汤匙面粉和一汤匙黄油。

[pʊt][ðem; ðəm]['ɪntuː][ə; eɪ] ['sɔːspæn] [ænd; ənd][stɜːr][wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['wʊd(ə)n] [spuːn] [ʌn'tɪl] [ðeɪ] [hæv; həv]

Put	them	into	a	saucepan	and	stir	with	a	wooden	spoon	until	they	have
放	他们	进入	一个	平底锅	和	搅拌	和	一个	木制的	勺子	直到	他们	有

[bɪ'kʌm] [ə; eɪ]['goʊldən] - [braʊn] ['kʌlər] .

become	a	golden	-	brown	color	.
变得	一个	金的	-	棕色的	颜色	.

将它们放入平底锅中，用木勺搅拌，直到变成金棕色。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː] , [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][æt; ət][ə; eɪ][taɪm] , [wʌn][paɪnt][ʌv; əv][mɪlk] ;

Then	add	,	a	little	at	a	time	,	one	pint	of	milk	;
然后	添加	,	一个	小的	在	一个	时间	,	一	品脱	的	牛奶	;

然后一点一点地加入一品脱牛奶;

[stɜːr] ['kɑːnstəntli] [ʌn'tɪl][ðə; ði] [sɔːs] [ɪz][æz; əz] [θɪk] [æz; əz]['kʌstərd] , [ænd; ənd][ɪz] [waɪt] [ɪn]['kʌlər] .

stir	constantly	until	the	sauce	is	as	thick	as	custard	,	and	is	white	in	color	.
搅拌	不断地	直到	这	酱	是	作为	厚的	作为	蛋奶冻	,	和	是	白色的	在	颜色	.

不断搅拌，直到酱汁变得像蛋奶糊一样浓稠，并且呈白色。

[ɪf] [ˌaɪ 'tiː] [grəuz] [tuː] [θɪk] , [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [mɔːr] [mɪlk] [meɪ] [biː; bi] ['ædɪd] ;

If	it	grows	too	thick	,	a	little	more	milk	may	be	added	;
如果	它	生长	也	厚的	,	一个	小的	更多的	牛奶	可能	是	额外	;

如果太稠，可以再加一点牛奶;

[ɔːr] [ɪf] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [tuː] [θɪn] , [ə; eɪ]['taɪni] [lʌmp] [ʌv; əv] ['bʌtər] [roʊld] [ɪn]['flaʊər] [wɪl] ['θɪkən] [ˌaɪ 'tiː] .

or	if	it	is	too	thin	,	a	tiny	lump	of	butter	rolled	in	flour	will	thicken	it	.
或者	如果	它	是	也	薄的	,	一个	微小的	块	的	黄油	滚动	在	面粉	将要	加厚	它	.

如果面糊太稀，可以取一小块裹上面粉的黄油使其变稠。

[naʊ] [teɪk] [ðə; ði][koʊld]['ɪndiən] [miːl] [ænd; ənd] [kʌt] [ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː] [skwer] [ə'baʊt] [tuː] [ɪntʃɪz] [ə'krɔːs] .

Now	take	the	cold	Indian	meal	and	cut	it	into	squares	about	two	inches	across	.
现在	拿	这	寒冷的	印度	一顿饭	和	切	它	进入	正方形	关于	二	英寸	穿过	.

现在把冷的印度餐切成边长约两英寸的方块。

[teɪk] [ə; eɪ] ['beɪkɪŋ] - [dɪʃ] [ʌv; əv] ['miːdiəm] [depθ] , ['bʌtər] [wel] ,

Take	a	baking	-	dish	of	medium	depth	,	butter	well	,
拿	一个	烘烤	-	盘子	的	中等的	深度	,	黄油	出色地	,

取一个中等深度的烤盘，涂抹上黄油，

[ðen] [pʊt] [ɪn][ə; eɪ] ['leɪər] [ʌv; əv] [skwer] [ʌv; əv] ['ɪndiən] [miːl] [kloʊz] [tə'geðər] ,

then	put	in	a	layer	of	squares	of	Indian	meal	close	together	,
然后	放	在	一个	层	的	正方形	的	印度	一顿饭	关闭	一起	,

然后铺上一层紧密排列的印度玉米粉方块，

[tuː; tə] [ɪn'taɪərli] ['kʌvər] [ðə; ði] ['bɑːtəm] [ʌv; əv] [ðə; ði] [dɪʃ] .

to	entirely	cover	the	bottom	of	the	dish	.
到	完全	覆盖	这	底部	的	这	盘子	.

完全覆盖盘子底部。

['sprɪŋk(ə)l]['oʊvər][ˌaɪ 'tiː]['greɪtɪd] [tʃiːz] ;

Sprinkle	over	it	grated	cheese	;
撒	超过	它	磨碎的	奶酪	;

撒上磨碎的奶酪;

[ðen] [pɔːr] [ɑːn][ðə; ði][tɑːp] [ɪˈnʌf] [miːt] [sɔːs] [tuː; tə]['kʌvər][ðə; ði]['leɪər] ([əˈbaʊt] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz]
then **pour** **on** **the** **top** **enough** **meat** **sauce** **to** **cover** **the** **layer** **(** **about** **two** **tablespoons**
然后 倒 在 这 顶部 足够的 肉 酱 到 覆盖 这 层 (关于 二 汤匙
) ,
) **,**
) ,

然后在上面淋上足够的肉酱，盖住肉层（大约两汤匙）。

[ðen] [ɑːn][ðə; ði][tɑːp][ʌv; əv] [ðɪs] [ˌeɪ diː ˈdiː][ə; eɪ] ['leɪər] [ʌv; əv] [ˌbeɪʃəˈmel] [sɔːs] .
then **on** **the** **top** **of** **this** **add** **a** **layer** **of** **Bechamel** **sauce** **.**
然后 在 这 顶部 的 这 添加 一个 层 的 贝夏梅尔 酱 .

然后在上面再淋上一层白汁。

[ðen] [pʊt] [əˈnʌðər] ['leɪər] [ʌv; əv][ðə; ði] [skwer] [ʌv; əv] ['ɪndiən] [miːl] , ['sprɪŋk(ə)l][wɪð; wɪθ]['greɪtɪd]
Then **put** **another** **layer** **of** **the** **squares** **of** **Indian** **meal** **,** **sprinkle** **with** **grated**
然后 放 其他 层 的 这 正方形 的 印度 一顿饭 , 撒 和 磨碎的
[tʃiːz] [æz; əz] [bɪˈfɔːr] ,
cheese **as** **before** **,**
奶酪 作为 前 ,

然后铺上另一层印度玉米片，像之前一样撒上磨碎的奶酪。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [miːt] [sɔːs] , [ðen] [ˌbeɪʃəˈmel] [sɔːs] , [ænd; ənd][kənˈtɪnjuː][ɪn] [ðɪs] [weɪ] [ʌnˈtɪl][ðə; ði] ['beɪkɪŋ]
add **meat** **sauce** **,** **then** **Bechamel** **sauce** **,** **and** **continue** **in** **this** **way** **until** **the** **baking**
添加 肉 酱 , 然后 贝夏梅尔 酱 , 和 继续 在 这 方式 直到 这 烘烤
- [dɪʃ] [ɪz] [fʊl] ,
- **dish** **is** **full** **,**
- 盘子 是 满的 ,

加入肉酱，再加入白汁，如此反复，直到烤盘装满为止。

['hævɪŋ] [fɔːr; fər][ðə; ði][tɑːp] ['leɪər] [ðə; ði] [ˌbeɪʃəˈmel] [sɔːs] .
having **for** **the** **top** **layer** **the** **Bechamel** **sauce** **.**
拥有 为了 这 顶部 层 这 贝夏梅尔 酱 .

最上面一层是白汁。

[pʊt][ðə; ði] [dɪʃ] ['ɪntuː][ə; eɪ] ['mɑːdərət] ['ʌv(ə)n] , [ænd; ənd] [beɪk] [ʌnˈtɪl][ˌaɪ ˈtiː][ɪz][ə; eɪ]['goʊldən] [braʊn] [ɑːn]
Put **the** **dish** **into** **a** **moderate** **oven** **,** **and** **bake** **until** **it** **is** **a** **golden** **brown** **on**
放 这 盘子 进入 一个 缓和 烤箱 , 和 烤 直到 它 是 一个 金的 棕色的 在
[tɑːp] .
top **.**
顶部 .

将菜肴放入中等温度的烤箱中，烘烤至表面呈金黄色即可。

[poʊˈlentə] [keɪk] ([miːgliːˈɑːtʃiːoʊ][ˌdiː ˈaɪ][fəˈriːnə][dʒɑːlə])
POLENTA **CAKE** **(** **Migliaccio** **di** **Farina** **Gialla** **)**
玉米粥 蛋糕 (米利亚乔 迪 法里纳 吉亚拉)

玉米粥蛋糕（Migliaccio di Farina Gialla）

[ˌtuːˈtuː] [kʌps] [ʌv; əv] [kɔːrs] ['ɪndiən] [miːl] [wʌn] / [ˌtuːˈtuː] [kʌp] [ʌv; əv] ['reɪzɪnz] [wʌn] / [ˌtuːˈtuː] ['tiːspuːn]
2 **cups** **of** **coarse** **Indian** **meal** **1** **/** **2** **cup** **of** **raisins** **1** **/** **2** **teaspoon**
2 杯子 的 粗 印度 一顿饭 1 / 2 杯子 的 葡萄干 1 / 2 茶匙
[ʌv; əv][sɔːlt][θriː] ['tiːspuːn] [ʌv; əv] ['ʃʊgər] (['grænjuleɪtɪd]) [θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv][lɑːrd]
of **salt** **3** **teaspoons** **of** **sugar** **(** **granulated** **)** **3** **tablespoons** **of** **lard**
的 盐 3 茶匙 的 糖 (颗粒状) 3 汤匙 的 猪油

2 杯粗粒印度玉米粉，1/2 杯葡萄干，1/2 茶匙盐，3 茶匙砂糖，3 汤匙猪油

[mɪks][ðə; ði][sɔːlt] , ['ʃʊgər] , [ænd; ənd]['reɪzɪnz][wɪð; wɪθ][ðə; ði]['ɪndiən] [miːl] [ɪn][ə; eɪ] [boʊl] ,
Mix **the** **salt** **,** **sugar** **,** **and** **raisins** **with** **the** **Indian** **meal** **in** **a** **bowl** **,**
混合 这 盐 , 糖 , 和 葡萄干 和 这 印度 一顿饭 在 一个 碗 ,

将盐、糖和葡萄干与印度粉混合在一个碗中。

[ðen] [pɔːr] [ɪn] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər] , [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][æt; ət][ə; eɪ][taɪm] ,

then	**pour**	**in**	**boiling**	**water**	**,**	**a**	**little**	**at**	**a**	**time**	**,**
然后	倒	在	沸腾	水	,	一个	小的	在	一个	时间	,

然后一点一点地倒入沸水。

[ænd; ənd][stɜːr] [wel] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['wʊd(ə)n] [spuːn] [ʌn'tɪl][juː; jʊ][hæv; həv][ə; eɪ] [stɪf] [peɪst] [ænd; ənd][noʊ]

and	**stir**	**well**	**with**	**a**	**wooden**	**spoon**	**until**	**you**	**have**	**a**	**stiff**	**paste**	**and**	**no**
和	搅拌	出色地	和	一个	木制的	勺子	直到	你	有	一个	僵硬的	粘贴	和	不

[draɪ] [miːl] [rɪ'meɪnz] ['stɪkɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði]['bɑːtəm] [ʌv; əv][ðə; ði] [boʊl] .

dry	**meal**	**remains**	**sticking**	**to**	**the**	**bottom**	**of**	**the**	**bowl**	**.**
干燥	一顿饭	遗迹	粘性	到	这	底部	的	这	碗	.

用木勺充分搅拌，直到变成浓稠的糊状物，碗底没有干粉残留。

[ðen] [teɪk] [ə; eɪ] [keɪk] - [tɪn][ænd; ənd] [griːs] [ˌaɪ 'tiː] [wel] [wɪð; wɪθ][wʌn] - [hæf][ʌv; əv][ðə; ði][lɑːrd] .

Then	**take**	**a**	**cake**	**-**	**tin**	**and**	**grease**	**it**	**well**	**with**	**one**	**-**	**half**	**of**	**the**	**lard**	**.**
然后	拿	一个	蛋糕	-	锡	和	润滑脂	它	出色地	和	一	-	一半	的	这	猪油	.

然后取一个蛋糕模具，用一半的猪油充分涂抹。

[ðen] [tɜːrn] [aʊt] [ðə; ði] ['ɪndiən] [miːl] ['ɪntuː][ðə; ði][pæn] , [ænd; ənd]['iːv(ə)n][ˌaɪ 'tiː][aʊt][wɪð; wɪθ][ðə; ði]

Then	**turn**	**out**	**the**	**Indian**	**meal**	**into**	**the**	**pan**	**,**	**and**	**even**	**it**	**out**	**with**	**the**
然后	转动	出去	这	印度	一顿饭	进入	这	平底锅	,	和	甚至	它	出去	和	这

['wʊd(ə)n] [spuːn] .

wooden	**spoon**	**.**
木制的	勺子	.

然后将印度菜倒入锅中，用木勺抹平。

[spred] [ɑːn][ðə; ði][tɑːp][ʌv; əv] [ðɪs] [ðə; ði][rest][ʌv; əv][ðə; ði][lɑːrd] ,

Spread	**on**	**the**	**top**	**of**	**this**	**the**	**rest**	**of**	**the**	**lard**	**,**
传播	在	这	顶部	的	这	这	休息	的	这	猪油	,

将剩余的猪油涂抹在上面。

['sɔfənd] ['slaɪtli] [soʊ][æz; əz][juː; jʊ][kæn; kən] [spred] [ˌaɪ 'tiː] ['iːzəli] .

softened	**slightly**	**so**	**as**	**you**	**can**	**spread**	**it**	**easily**	**.**
软化	轻微地	所以	作为	你	能	传播	它	容易地	.

稍微软化一下，以便于涂抹。

[kʊk] [ɪn][ə; eɪ] [sloʊ] ['ʌv(ə)n][ʌn'tɪl][ə; eɪ]['goʊldən] [braʊn] .

Cook	**in**	**a**	**slow**	**oven**	**until**	**a**	**golden**	**brown**	**.**
厨师	在	一个	慢的	烤箱	直到	一个	金的	棕色的	.

用低温烤箱烤至金黄色。

[sɜːrv] [hɑːt] .

Serve	**hot**	**.**
服务	热的	.

趁热食用。

['njɑːki] [ʌv; əv] [fə'riːnə] (['njɑːki] [ˌdiː 'aɪ][ˌsemə'liːnə])

GNOCCHI	**OF**	**FARINA**	**(**	**Gnocchi**	**di**	**Semolina**	**)**
汤团	的	法里纳	(	汤团	迪	粗粒小麦粉	)

法里纳面疙瘩 (Gnocchi di Semolina)

[wʌn][paɪnt][ʌv; əv][mɪlk][wʌn] [eg] [wʌn] / [ˌtuː'tuː][kʌp][ʌv; əv][fə'riːnə] ['bʌtər] [ænd; ənd] [tʃiːz]

1	**pint**	**of**	**milk**	**1**	**egg**	**1**	**/**	**2**	**cup**	**of**	**farina**	**Butter**	**and**	**cheese**
1	品脱	的	牛奶	1	蛋	1	/	2	杯子	的	法里纳	黄油	和	奶酪

1品脱牛奶，1个鸡蛋，1/2杯粗粒小麦粉，黄油和奶酪

[pʊt][ðə; ði][mɪlk][ɑːn] , [ænd; ənd] [wen] [ˌaɪ 'tiː][bɔɪlz][ˌeɪ diː 'diː][sɔːlt] .

Put	**the**	**milk**	**on**	**,**	**and**	**when**	**it**	**boils**	**add**	**salt**	**.**
放	这	牛奶	在	,	和	什么时候	它	沸腾	添加	盐	.

把牛奶放进锅里，煮沸后加入盐。

[teɪk] [ə; eɪ]['wʊd(ə)n] [spuːn] [ænd; ənd] , ['stɜːrɪŋ] ['kɑːnstəntli] , [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði][fə'riːnə]['lɪt(ə)l][baɪ]['lɪt(ə)l] .

Take	**a**	**wooden**	**spoon**	**and**	**,**	**stirring**	**constantly**	**,**	**add**	**the**	**farina**	**little**	**by**	**little**	**.**
拿	一个	木制的	勺子	和	,	搅拌	不断地	,	添加	这	法里纳	小的	经过	小的	.

用木勺一边搅拌，一边一点一点地加入粗面粉。

[kʊk] [fɔːr; fər][ten] ['mɪnɪts] , ['stɜːrɪŋ] ['kɑːnstəntli] .

Cook	**for**	**ten**	**minutes**	**,**	**stirring**	**constantly**	**.**
厨师	为了	十	分钟	,	搅拌	不断地	.

不断搅拌，煮十分钟。

[teɪk] [ɔːf][ðə; ði]['faɪər][ænd; ənd] [breɪk] ['ɪntuː][ðə; ði][fə'riːnə][wʌn] [eg] ; [mɪks] ['veri] ['kwɪkli] ,

Take	**off**	**the**	**fire**	**and**	**break**	**into**	**the**	**farina**	**one**	**egg**	**;**	**mix**	**very**	**quickly**	**,**
拿	离开	这	火	和	休息	进入	这	法里纳	一	蛋	;	混合	非常	迅速地	,

将火从火上移开，快速打入一个鸡蛋到粗面粉中；快速搅拌。

[soʊ] [ðæt] [ðə; ði] [eg] [wɪl] [nɑːt][hæv; həv][taɪm][tuː; tə][set] .

so	**that**	**the**	**egg**	**will**	**not**	**have**	**time**	**to**	**set**	**.**
所以	那	这	蛋	将要	不是	有	时间	到	放	.

这样鸡蛋就没有时间凝固了。

[spred] [ðə; ði][fə'riːnə]['ɑːntə][ðə; ði] ['bredbɔːrd] [ə'baʊt][ðə; ði] [haɪt] [ʌv; əv][ə; eɪ]['fɪŋgər] .

Spread	**the**	**farina**	**onto**	**the**	**breadboard**	**about**	**the**	**height**	**of**	**a**	**finger**	**.**
传播	这	法里纳	到	这	面包板	关于	这	高度	的	一个	手指	.

将粗面粉均匀地铺在面包板上，厚度约为一指宽。

[ə'laʊ] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə] [kuːl] , [ðen] [kʌt][ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː] [skwer] [ɔːr]['daiəmənds][ə'baʊt] [tuː] [ɔːr] [θriː] [ɪntʃɪz]

Allow	**it**	**to**	**cool**	**,**	**then**	**cut**	**it**	**into**	**squares**	**or**	**diamonds**	**about**	**two**	**or**	**three**	**inches**
允许	它	到	凉爽的	,	然后	切	它	进入	正方形	或者	钻石	关于	二	或者	三	英寸

[ə'krɔːs] .

across	**.**
穿过	.

待其冷却后，切成边长约两三英寸的正方形或菱形。

['bʌtər] [wel] [ə; eɪ] ['beɪkɪŋ] - [dɪʃ] , [ænd; ənd][pʊt][ɪn][ðə; ði]['bɑːtəm] [ə; eɪ]['leɪər] [ʌv; əv][ðə; ði] [skwer]

Butter	**well**	**a**	**baking**	**-**	**dish**	**,**	**and**	**put**	**in**	**the**	**bottom**	**a**	**layer**	**of**	**the**	**squares**
黄油	出色地	一个	烘烤	-	盘子	,	和	放	在	这	底部	一个	层	的	这	正方形

[ʌv; əv][fə'riːnə] ;

of	**farina**	**;**
的	法里纳	;

在烤盘上涂上黄油，然后在底部铺上一层面粉方块；

['sprɪŋk(ə)l]['oʊvər][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['greɪtɪd]['pɑːrməzɑːnˌ'pɑːrməzæn] [tʃiːz] ([ɔːr][gru'jerˌgrɪ'jer]) ,

sprinkle	**over**	**a**	**little**	**grated**	**Parmesan**	**cheese**	**(**	**or**	**Gruyere**	**)**	**,**
撒	超过	一个	小的	磨碎的	帕尔马干酪	奶酪	(	或者	格鲁耶尔奶酪	)	,

撒上少许磨碎的帕玛森奶酪（或格鲁耶尔奶酪），

[ænd; ənd][pʊt] [hɪr] [ænd; ənd][ðer; ðər][ə; eɪ][smɔːl][dæb][ʌv; əv] ['bʌtər] .

and	**put**	**here**	**and**	**there**	**a**	**small**	**dab**	**of**	**butter**	**.**
和	放	这里	和	那里	一个	小的	轻拍	的	黄油	.

并在各处放上一小块黄油。

[ðen] [pʊt][ɪn] [ə'nʌðər] ['leɪər][ʌv; əv][ðə; ði] [skwer] [ʌv; əv][fə'riːnə] ; [ˌeɪ diː 'diː] [tʃiːz] [ænd; ənd] ['bʌtər]

Then	**put**	**in**	**another**	**layer**	**of**	**the**	**squares**	**of**	**farina**	**;**	**add**	**cheese**	**and**	**butter**
然后	放	在	其他	层	的	这	正方形	的	法里纳	;	添加	奶酪	和	黄油

[æz; əz] [bɪ'fɔːr] .

as	**before**	**.**
作为	前	.

然后铺上一层面粉方块；像之前一样加入奶酪和黄油。

[kən'tɪnjuː] [ɪn] [ðɪs] [weɪ] [ʌn'tɪl] [jʊr; jər] ['beɪkɪŋ] - [dɪʃ] [ɪz] [fʊl] , ['hævɪŋ] [ɑːn][ðə; ði] [tɑːp] ['leɪər] ['bʌtər]
Continue **in** **this** **way** **until** **your** **baking** **-** **dish** **is** **full** **,** **having** **on** **the** **top** **layer** **butter**
继续 在 这 方式 直到 你的 烘烤 - 盘子 是 满的 , 拥有 在 这 顶部 层 黄油
[ænd; ənd] [tʃiːz] .
and **cheese** **.**
和 奶酪 .

按照这个方法继续操作，直到烤盘装满，最上面一层铺上黄油和奶酪。

[beɪk] [ɪn][ə; eɪ][hɑːt]['ʌv(ə)n][ʌn'tɪl][ə; eɪ] [braʊn] [krʌst] [fɔːrmz] .
Bake **in** **a** **hot** **oven** **until** **a** **brown** **crust** **forms** **.**
烤 在 一个 热的 烤箱 直到 一个 棕色的 地壳 表格 .

放入高温烤箱烘烤至表面形成棕色脆皮。

[sɜːrv] [ɪn][ðə; ði] ['beɪkɪŋ] - [dɪʃ] .
Serve **in** **the** **baking** **-** **dish** **.**
服务 在 这 烘烤 - 盘子 .

盛入烤盘中即可享用。

['njɑːki] [ʌv; əv][pə'teɪtoʊ]
GNOCCHI **OF** **POTATO**
汤团 的 土豆

土豆面疙瘩

[teɪk] [sɪks] ['miːdiəm] - [saɪzd] [pə'tetoz] [ænd; ənd][pʊt][ðem; ðəm][ɑːn][tuː; tə][bɔɪl][ɪn][ðer; ðər][skɪnz] .
Take **six** **medium** **-** **sized** **potatoes** **and** **put** **them** **on** **to** **boil** **in** **their** **skins** **.**
拿 六 中等的 - 尺寸 土豆 和 放 他们 在 到 熬 在 他们的 皮肤 .

取六个中等大小的土豆，带皮放入锅中煮。

[wen] [ðeɪ] [ɑːr; ər] [dʌn] , [piːl] [ðem; ðəm][ænd; ənd] [pæs] [ðem; ðəm] [θruː] [ə; eɪ][faɪn]['kɑːləndər] .
When **they** **are** **done** **,** **peel** **them** **and** **pass** **them** **through** **a** **fine** **colander** **.**
什么时候 他们 是 完毕 , 果皮 他们 和 经过 他们 通过 一个 美好的 滤器 .

煮熟后，剥去外皮，然后用细筛过滤。

[ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][sɔːlt] .
Add **a** **little** **salt** **.**
添加 一个 小的 盐 .

加少许盐。

[teɪk] [wʌn] [kʌp] [ʌv; əv]['flaʊər] ,
Take **one** **cup** **of** **flour** **,**
拿 一 杯子 的 面粉 ,

取一杯面粉，

[ænd; ənd][mɪks][ɑːn][ðə; ði] [bred] - [bɔːrd] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] [pə'tetoz] [ʌn'tɪl] [ðeɪ] [fɔːrm][ə; eɪ] [peɪst] .
and **mix** **on** **the** **bread** **-** **board** **with** **the** **potatoes** **until** **they** **form** **a** **paste** **.**
和 混合 在 这 面包 - 木板 和 这 土豆 直到 他们 形式 一个 粘贴 .

在案板上将土豆泥与土豆混合，直至形成糊状。

[roʊl] [ðɪs] [peɪst] [wɪð; wɪθ][ðə; ði][hændz]['ɪntuː][ə; eɪ] ['sɔːsɪdʒ] [ə'baʊt][ðə; ði] ['θɪknəs] [ʌv; əv] [θriː]
Roll **this** **paste** **with** **the** **hands** **into** **a** **sausage** **about** **the** **thickness** **of** **three**
卷 这 粘贴 和 这 双手 进入 一个 香肠 关于 这 厚度 的 三
['fɪŋgərz] .
fingers **.**
手指 .

用手将面团搓成约三指粗细的香肠状。

[kʌt] [ðɪs] [roʊl] [ə'krɔːs] ['ɪntuː] ['piːsɪz] [ə'baʊt][æn; ən] [ɪntʃ] [lɔːŋ] .
Cut **this** **roll** **across** **into** **pieces** **about** **an** **inch** **long** **.**
切 这 卷 穿过 进入 件 关于 一个 英寸 长的 .

将这个面包卷横切成大约一英寸长的小段。

[pres] [ðiːz] ['piːsɪz] ['laɪtli] [wɪð; wɪθ][ðə; ði]['fɪŋgər][ɔːr][ðə; ði]['hænd(ə)l][ʌv; əv][ðə; ði] [naɪf] ,

Press	**these**	**pieces**	**lightly**	**with**	**the**	**finger**	**or**	**the**	**handle**	**of**	**the**	**knife**	**,**
按	这些	件	轻轻	和	这	手指	或者	这	处理	的	这	刀	,

用手指或刀柄轻轻按压这些部件，

[soʊ] [ðeɪ] [wɪl] [teɪk] ['lɪt(ə)l][kʌp] - [ʃeɪpt] [fɔːrmz] .

so	**they**	**will**	**take**	**little**	**cup**	**-**	**shaped**	**forms**	**.**
所以	他们	将要	拿	小的	杯子	-	形状	表格	.

所以它们会呈现出小杯状。

[liːv] [ðiːz] [tuː; tə][wʌn][saɪd] , [ænd; ənd][pʊt] [tuː] [kwɔːts] [ʌv; əv]['sɔːltɪd]['wɔːtər][ɑːn][tuː; tə][bɔɪl] .

Leave	**these**	**to**	**one**	**side**	**,**	**and**	**put**	**two**	**quarts**	**of**	**salted**	**water**	**on**	**to**	**boil**	**.**
离开	这些	到	一	边	,	和	放	二	夸脱	的	咸的	水	在	到	熬	.

将这些食材放在一边，然后烧开两夸脱加盐的水。

[wen] [ˌaɪ 'tiː][bɔɪlz][ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] ['njɑːki] [ə; eɪ][fjuː][æt; ət][ə; eɪ][taɪm] , [ʌn'tɪl][ɔːl][ɑːr; ər][ɪn][ðə; ði]

When	**it**	**boils**	**add**	**the**	**gnocchi**	**a**	**few**	**at**	**a**	**time**	**,**	**until**	**all**	**are**	**in**	**the**
什么时候	它	沸腾	添加	这	汤团	一个	很少	在	一个	时间	,	直到	全部	是	在	这

['wɔːtər] .

water	**.**
水	.

水烧开后，一次加入几个土豆丸子，直到全部放入水中。

[wen] [ðə; ði] ['njɑːki] [raɪz][tuː; tə][ðə; ði] ['sɜːrfɪs] [ʌv; əv][ðə; ði]['wɔːtər] , [teɪk] [ðem; ðəm][aʊt][wɪð; wɪθ]

When	**the**	**gnocchi**	**rise**	**to**	**the**	**surface**	**of**	**the**	**water**	**,**	**take**	**them**	**out**	**with**
什么时候	这	汤团	上升	到	这	表面	的	这	水	,	拿	他们	出去	和

[ðə; ði] ['skɪmər] .

the	**skimmer**	**.**
这	撇渣器	.

当土豆丸子浮到水面时，用撇渣器捞出。

[pʊt][ðem; ðəm]['ɪntuː][ə; eɪ] ['plætər] [ə; eɪ][fjuː][æt; ət][ə; eɪ][taɪm] , ['ædɪŋ] [iːtʃ] [taɪm]['greɪvi][ænd; ənd]

Put	**them**	**into**	**a**	**platter**	**a**	**few**	**at**	**a**	**time**	**,**	**adding**	**each**	**time**	**gravy**	**and**
放	他们	进入	一个	拼盘	一个	很少	在	一个	时间	,	添加	每个	时间	肉汁	和

[tʃiːz] ,

cheese	**,**
奶酪	,

将它们分批放入盘子中，每次放入后都淋上肉汁和奶酪。

[ænd; ənd] ['kʌvərɪŋ] [ðem; ðəm] [wel] .

and	**covering**	**them**	**well**	**.**
和	覆盖	他们	出色地	.

并妥善掩盖它们。

[pʊt][ə; eɪ] ['leɪər] [ʌv; əv]['greɪtɪd] [tʃiːz] ['sprɪŋkld] [ɑːn][tɑːp] .

Put	**a**	**layer**	**of**	**grated**	**cheese**	**sprinkled**	**on**	**top**	**.**
放	一个	层	的	磨碎的	奶酪	撒上	在	顶部	.

在上面撒上一层碎奶酪。

[sɜːrv] [wɪð; wɪθ] [miːt] , [ɔːr][æz; əz][ə; eɪ][fɜːrst] [kɔːrs] .

Serve	**with**	**meat**	**,**	**or**	**as**	**a**	**first**	**course**	**.**
服务	和	肉	,	或者	作为	一个	第一的	课程	.

可与肉类一起食用，或作为头盘。

['njɑːki] [ʌv; əv] [mɪlk] — [ə; eɪ] [dɪ'zɜːrt]

GNOCCHI	**OF**	**MILK**	**—**	**A**	**DESSERT**
汤团	的	牛奶	—	一个	甜点

牛奶土豆丸子——一道甜点

[wʌn] [kʌp] [ʌv; əv] [mɪlk] [wʌn] ['lev(ə)l] ['teɪblspu:n] [ʌv; əv] ['paʊdərd] [stɑ:rtʃ] [ˌtu:'tu:] [ɔ:r] [θri:] [drɑ:ps] [ʌv; əv]

1	cup	of	milk	1	level	tablespoon	of	powdered	starch	2	or	3	drops	of
1	杯子	的	牛奶	1	等级	汤匙	的	粉末状	淀粉	2	或者	3	滴	的

[və'nɪlə] ['ekstrækt; ɪk'stræk t] [ˌtu:'tu:] [joʊk] [ʌv; əv] [egz] [ˌtu:'tu:] ['teɪbəlˌspu:nz] [ʌv; əv] ['ʃʊgər]

vanilla	extract	2	yolks	of	eggs	2	tablespoons	of	sugar
香草	提炼	2	蛋黄	的	鸡蛋	2	汤匙	的	糖

杯牛奶，1 平勺淀粉粉，2 或 3 滴香草精，2 个蛋黄，2 汤匙糖

[pʊt] [ɔ:l] [ði:z] [ɪn'gri:diənts] [tə'geðər] ['ɪntu:] [ə; eɪ] ['sɔ:spæn] [ænd; ənd] [mɪks] [tə'geðər] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ]

Put	all	these	ingredients	together	into	a	saucepan	and	mix	together	with	a
放	全部	这些	原料	一起	进入	一个	平底锅	和	混合	一起	和	一个

['wʊd(ə)n] [spu:n] [fɔ:r; fər] [ə; eɪ] [fju:] ['moʊmənts] .

wooden	spoon	for	a	few	moments	.
木制的	勺子	为了	一个	很少	时刻	.

把所有这些食材放入平底锅中，用木勺搅拌片刻。

[ðen] [pʊt] ['ɑ:ntə] [ðə; ði] [bæk] [ʌv; əv] [ðə; ði] [stoʊv] [wer] [ˌaɪ 'ti:] [ɪz] [nɑ:t] [tu:] [hɑ:t] ,

Then	put	onto	the	back	of	the	stove	where	it	is	not	too	hot	,
然后	放	到	这	后退	的	这	火炉	在哪里	它	是	不是	也	热的	,

然后放在炉灶背面不太热的地方。

[ænd; ənd] [kʊk] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] ['mɪkstʃər] [hæz; həz] [bɪ'kʌm] [stɪf] .

and	cook	until	the	mixture	has	become	stiff	.
和	厨师	直到	这	混合物	有	变得	僵硬的	.

煮至混合物变稠。

[kʊk] [ə; eɪ] [fju:] ['moʊmənts] [lɔ:ŋgər] , ['stɜ:rɪŋ] ['ɔ:lweɪz] ;

Cook	a	few	moments	longer	,	stirring	always	;
厨师	一个	很少	时刻	更长	,	搅拌	总是	;

再煮一会儿，期间要不停搅拌；

[ðen] [tɜ:rn] [aʊt] ['ɑ:ntə] [ə; eɪ] [bred] - [bɔ:rd] [ænd; ənd] [spred] [tu:; tə] [ə; eɪ] ['θɪknəs] [ʌv; əv] [ə; eɪ] ['fɪŋgər]

then	turn	out	onto	a	bread	-	board	and	spread	to	a	thickness	of	a	finger
然后	转动	出去	到	一个	面包	-	木板	和	传播	到	一个	厚度	的	一个	手指

[ænd; ənd] [ə; eɪ] [hæf] .

and	a	half	.
和	一个	一半	.

然后将其倒扣在案板上，摊成一指半厚的饼状。

[wen]

When
什么时候

什么时候

[koʊld] , [kʌt] ['ɪntu:] ['daiəmənds] [ɔ:r] [skwer] [ðə; ði] [wɪdθ; wɪtθ] [ʌv; əv] [tu:] ['fɪŋgərz] .

cold	,	cut	into	diamonds	or	squares	the	width	of	two	fingers	.
寒冷的	,	切	进入	钻石	或者	正方形	这	宽度	的	二	手指	.

冷切，切成菱形或两指宽的正方形。

['bʌtər] [ə; eɪ] ['beɪkɪŋ] - [dɪʃ] , [ænd; ənd] [pʊt] [ðə; ði] [skwer] ['ɪntu:] [ˌaɪ 'ti:] [ˌoʊvər'læpɪŋ] [i:tʃ] ['ʌðər] .

Butter	a	baking	-	dish	,	and	put	the	squares	into	it	overlapping	each	other	.
黄油	一个	烘烤	-	盘子	,	和	放	这	正方形	进入	它	重叠	每个	其他	.

在烤盘上涂上黄油，然后将方块面团重叠地放入烤盘中。

[ˌeɪ di: 'di:] [ə; eɪ] [fju:] [dæbz] [ʌv; əv] ['bʌtər] [hɪr] [ænd; ənd] [ðer; ðər] .

Add	a	few	dabs	of	butter	here	and	there	.
添加	一个	很少	dab	的	黄油	这里	和	那里	.

这里那里加几小块黄油。

[pʊt] [ə'nʌðər] ['leɪər] [ʌv; əv] [ðə; ði] [skwer] [ɪn] [ðə; ði] [dɪʃ] , [mɔ:r] [dæbz] [ʌv; əv] ['bʌtər] ,

Put	another	layer	of	the	squares	in	the	dish	,	more	dabs	of	butter	,
放	其他	层	的	这	正方形	在	这	盘子	,	更多的	dab	的	黄油	,

在盘子里再铺一层方块，再放几小块黄油。

[ænd; ənd][soʊ][ɑːn][ʌnˈtɪl][ðə; ði] [dɪʃ] [ɪz] [fʊl] .

and	**so**	**on**	**until**	**the**	**dish**	**is**	**full**	**.**
和	所以	在	直到	这	盘子	是	满的	.

如此反复，直到盘子装满为止。

[braʊn] [ɪn][ðə; ði]['ʌv(ə)n] .

Brown	**in**	**the**	**oven**	**.**
棕色的	在	这	烤箱	.

烤至棕色。

['sɔːsɪz]

SAUCES
酱汁

酱汁

[ruː] [fɔːr; fər] ['sɔːsɪz]

ROUX	**FOR**	**SAUCES**
鲁	为了	酱汁

酱汁用的面糊

[ruː] [ɪz] ['nesəseri] [tuː; tə] ['θɪkən] [ænd; ənd] [gɪv] ['bɑːdi][tuː; tə] ['sɔːsɪz] .

Roux	**is**	**necessary**	**to**	**thicken**	**and**	**give**	**body**	**to**	**sauces**	**.**
鲁克斯	是	必要的	到	加厚	和	给	身体	到	酱汁	.

面糊是使酱汁浓稠并增加其口感的必要成分。

[pʊt][wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv]['flaʊər][ænd; ənd][wʌn][ʌv; əv] ['bʌtər] ['ɪntuː][ə; eɪ] ['sɔːspæn] [ænd; ənd] [kʊk]

Put	**one**	**tablespoon**	**of**	**flour**	**and**	**one**	**of**	**butter**	**into**	**a**	**saucepan**	**and**	**cook**
放	一	汤匙	的	面粉	和	一	的	黄油	进入	一个	平底锅	和	厨师

[ʌnˈtɪl][ðə; ði]['flaʊər][hæz; həz][lɔːst] ['eni] [rɔː] [teɪst] .

until	**the**	**flour**	**has**	**lost**	**any**	**raw**	**taste**	**.**
直到	这	面粉	有	丢失的	任何	生的	品尝	.

将一汤匙面粉和一汤匙黄油放入平底锅中，煮至面粉没有生味为止。

[ðen] [pʊt][ðə; ði] ['sɔːspæn] [ɑːn][ðə; ði] [bæk] [ʌv; əv][ðə; ði] [stoʊv][ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː] ['sloʊli] [ðə; ði] [stɑːk]

Then	**put**	**the**	**saucepan**	**on**	**the**	**back**	**of**	**the**	**stove**	**and**	**add**	**slowly**	**the**	**stock**
然后	放	这	平底锅	在	这	后退	的	这	火炉	和	添加	缓慢地	这	库存

[ɔːr][mɪlk] ,

or	**milk**	**,**
或者	牛奶	,

然后将平底锅放在炉灶后方，慢慢加入高汤或牛奶。

[wʌn][kʌp][fɔːr; fər] ['evri] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['bʌtər] [ɔːr]['flaʊər] , [ænd; ənd][stɜːr][ʌnˈtɪl] [smuːð] .

one	**cup**	**for**	**every**	**tablespoon**	**of**	**butter**	**or**	**flour**	**,**	**and**	**stir**	**until**	**smooth**	**.**
一	杯子	为了	每一个	汤匙	的	黄油	或者	面粉	,	和	搅拌	直到	光滑的	.

每汤匙黄油或面粉配一杯水，搅拌至顺滑。

[fɔːr; fər] [waɪt] ['sɔːsɪz] [teɪk] [ker] [ðə; ði]['flaʊər] [dʌz] [nɑːt]['kʌlər] ; [fɔːr; fər][dɑːrk] ['sɔːsɪz] [let][ˌaɪ 'tiː]

For	**white**	**sauces**	**take**	**care**	**the**	**flour**	**does**	**not**	**color**	**;**	**for**	**dark**	**sauces**	**let**	**it**
为了	白色的	酱汁	拿	关心	这	面粉	做	不是	颜色	;	为了	黑暗的	酱汁	让	它

[braʊn] ,

brown	**,**
棕色的	,

做白酱时要注意面粉不要上色；做黑酱时要让面粉变成褐色。

[bʌt; bət] [teɪk] [ker] [ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [nɑːt][bɜːrn] .

but	**take**	**care**	**it**	**does**	**not**	**burn**	**.**
但	拿	关心	它	做	不是	烧伤	.

但要小心别烧焦了。

['ægroʊ]['doʊltʃeɪ] [sɔːs]

AGRO	**DOLCE**	**SAUCE**
农业	甜蜜	酱

甜酸酱

[teɪk] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['ʃʊgər] ([braʊn] [ɔːr] [waɪt]) , [wʌn] - [hæf][ə; eɪ][kʌp][ʌv; əv] ['kʌrənts] ,

Take	**two**	**tablespoons**	**of**	**sugar**	**(**	**brown**	**or**	**white**	**)**	**,**	**one**	**-**	**half**	**a**	**cup**	**of**	**currants**	**,**
拿	二	汤匙	的	糖	(	棕色的	或者	白色的	)	,	一	-	一半	一个	杯子	的	醋栗	,

取两汤匙糖（红糖或白糖均可），半杯葡萄干，

[ə; eɪ]['kwɔːrtər][ʌv; əv][ə; eɪ][bɑːr][ʌv; əv]['greɪtɪd] ['tʃɔːklət] , [wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] [tʃɑːpt] ['kændid]

a	**quarter**	**of**	**a**	**bar**	**of**	**grated**	**chocolate**	**,**	**one**	**tablespoon**	**of**	**chopped**	**candied**
一个	四分之一	的	一个	酒吧	的	磨碎的	巧克力	,	一	汤匙	的	切碎	脯

['ɔrɪndʒ] ,

orange	**,**
橙子	,

四分之一块巧克力碎，一汤匙切碎的蜜饯橙皮，

[wʌn][ʌv; əv]['lemən] - [piːl] , [wʌn][ʌv; əv]['keipəz] , [ænd; ənd][wʌn][kʌp][ʌv; əv] ['vɪnɪgər] .

one	**of**	**lemon**	**-**	**peel**	**,**	**one**	**of**	**capers**	**,**	**and**	**one**	**cup**	**of**	**vinegar**	**.**
一	的	柠檬	-	果皮	,	一	的	刺山柑	,	和	一	杯子	的	醋	.

一份柠檬皮，一份刺山柑，一杯醋。

[mɪks] [wel] [tə'geðər] [ænd; ənd][let] [soʊk][fɔːr; fər] [tuː] ['aʊərz] ; [pɔːr] [ˌaɪ 'tiː]['oʊvər]['venɪsnˌ'venɪzn][ɔːr] [viːl]

Mix	**well**	**together**	**and**	**let**	**soak**	**for**	**two**	**hours**	**;**	**pour**	**it**	**over**	**venison**	**or**	**veal**
混合	出色地	一起	和	让	浸泡	为了	二	小时	;	倒	它	超过	鹿肉	或者	小牛肉

,

,

,

充分混合后浸泡两小时；将浸泡液淋在鹿肉或小牛肉上。

[ænd; ənd] ['sɪmər] [fɔːr; fər][ten] ['mɪnɪts] .

and	**simmer**	**for**	**ten**	**minutes**	**.**
和	煨	为了	十	分钟	.

小火慢炖十分钟。

[ˌbeɪʃə'mel] [sɔːs]

BECHAMEL	**SAUCE**
贝夏梅尔	酱

贝夏梅尔酱

[noʊ] . [wʌn]

NO	**.**	**1**
不	.	1

第一名

[pʊt] [tuː] ['aʊnsɪz] [ʌv; əv] ['bʌtər] [ænd; ənd] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv]['flaʊər]['ɪntuː][ə; eɪ] ['sɔːspæn]

Put	**two**	**ounces**	**of**	**butter**	**and**	**two**	**tablespoons**	**of**	**flour**	**into**	**a**	**saucepan**
放	二	盎司	的	黄油	和	二	汤匙	的	面粉	进入	一个	平底锅

[ænd; ənd][stɜːr][fɔːr; fər][faɪv] ['mɪnɪts] .

and	**stir**	**for**	**five**	**minutes**	**.**
和	搅拌	为了	五	分钟	.

将两盎司黄油和两汤匙面粉放入平底锅中，搅拌五分钟。

[pɔːr] [wʌn][ænd; ənd][wʌn] - [hæf][paɪnts][ʌv; əv] ['bɔɪlɪŋ] [mɪlk] ['grædʒuəli][ɪn] , ['biːtɪŋ] [wel] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ]

Pour	**one**	**and**	**one**	**-**	**half**	**pints**	**of**	**boiling**	**milk**	**gradually**	**in**	**,**	**beating**	**well**	**with**	**a**
倒	一	和	一	-	一半	品脱	的	沸腾	牛奶	逐步地	在	,	殴打	出色地	和	一个

[wɪsk] .

whisk	**.**
拂	.

将一品脱半沸牛奶缓缓倒入，用打蛋器充分搅拌。

[ˌeɪ diː 'diː][sʌm; səm] ['nʌtmeg] , [ə; eɪ] [fjuː] ['pepəkɔːnz] , [ə; eɪ] [pɪntʃ] [ʌv; əv][sɔːlt] , [ænd; ənd][sʌm; səm]

Add	some	nutmeg	,	a	few	peppercorns	,	a	pinch	of	salt	,	and	some
添加	一些	肉豆蔻	,	一个	很少	胡椒粒	,	一个	捏	的	盐	,	和	一些

[tʃɑːpt] ['mʌʃrʊmz] .

chopped	mushrooms	.
切碎	蘑菇	.

加入一些肉豆蔻、几粒胡椒粒、一小撮盐和一些切碎的蘑菇。

[kʊk] [fɔːr; fər][wʌn] - ['kwɔːrtər][ʌv; əv][æn; ən]['aʊər] , [ænd; ənd][rʌb] [θruː] [ə; eɪ][faɪn] [sɪv] .

Cook	for	one	-	quarter	of	an	hour	,	and	rub	through	a	fine	sieve	.
厨师	为了	一	-	四分之一	的	一个	小时	,	和	擦	通过	一个	美好的	筛	.

煮15分钟，然后用细筛过滤。

[ˌbeɪʃə'mel] [sɔːs]

BECHAMEL	SAUCE
贝夏梅尔	酱

贝夏梅尔酱

[noʊ] . [ˌtuː'tuː]

NO	.	2
不	.	2

2号

[mɪks] [θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['bʌtər] [ænd; ənd] [θriː] [ʌv; əv]['flaʊər][tuː; tə][ə; eɪ] [smuːð] [peɪst] ,

Mix	three	tablespoons	of	butter	and	three	of	flour	to	a	smooth	paste	,
混合	三	汤匙	的	黄油	和	三	的	面粉	到	一个	光滑的	粘贴	,

将三汤匙黄油和三汤匙面粉混合成光滑的糊状物。

[pʊt][sʌm; səm] ['pepəkɔːnz] , [wʌn] - [hæf][æn; ən]['ʌnjən] , [wʌn] - [hæf][ə; eɪ]['kærət] [slaɪst] , [ə; eɪ][smɔːl]

put	some	peppercorns	,	one	-	half	an	onion	,	one	-	half	a	carrot	sliced	,	a	small
放	一些	胡椒粒	,	一	-	一半	一个	洋葱	,	一	-	一半	一个	胡萝卜	切片	,	一个	小的

[piːs] [ʌv; əv] [meɪs] ,

piece	of	mace	,
片	的	锤	,

放入一些胡椒粒、半个洋葱、半根切片的胡萝卜、一小块肉豆蔻皮。

[tuː] ['tiːˌkʌps] [ʌv; əv] [waɪt] [stɑːk] , [ə; eɪ] [pɪntʃ] [ʌv; əv][sɔːlt][ænd; ənd][ʌv; əv]['greɪtɪd] ['nʌtmeg] ,

two	teacups	of	white	stock	,	a	pinch	of	salt	and	of	grated	nutmeg	,
二	茶杯	的	白色的	库存	,	一个	捏	的	盐	和	的	磨碎的	肉豆蔻	,

两茶杯白汤，一小撮盐和磨碎的肉豆蔻，

[ɪn][ə; eɪ] [stuː] - [pæn] ; ['sɪmər] [fɔːr; fər][wʌn] - [hæf][æn; ən]['aʊər] , ['stɜːrɪŋ] ['ɔːf(ə)n] , [ðen] [ˌeɪ diː 'diː][wʌn]

in	a	stew	-	pan	;	simmer	for	one	-	half	an	hour	,	stirring	often	,	then	add	one
在	一个	炖	-	平底锅	;	煨	为了	一	-	一半	一个	小时	,	搅拌	经常	,	然后	添加	一

['tiːkʌp] [ʌv; əv] [kriːm] ;

teacup	of	cream	;
茶碗	的	奶油	;

在炖锅中；小火慢炖半小时，经常搅拌，然后加入一杯奶油；

[bɔɪl][æt; ət][wʌns] , [ænd; ənd][streɪn][ænd; ənd] [sɜːrv] .

boil	at	once	,	and	strain	and	serve	.
熬	在	一次	,	和	拉紧	和	服务	.

立即煮沸，过滤后即可食用。

[tə'meɪtoʊ] [sɔːs] [noʊ] . [wʌn]

TOMATO	SAUCE	NO	.	1
番茄	酱	不	.	1

1号番茄酱

[teɪk] [ten] [freʃ] [tə'meɪtoʊz] , [rɪ'muːv] [ðə; ði][skɪnz] , [kʌt][ðem; ðəm][ʌp] ;

Take	ten	fresh	tomatoes	,	remove	the	skins	,	cut	them	up	;
拿	十	新鲜的	西红柿	,	消除	这	皮肤	,	切	他们	向上	;

取十个新鲜西红柿，去皮，切块；

[pʊt][ðem; ðəm]['ɪntuː][ə; eɪ] ['sɔːspæn] [ænd; ənd][bɔɪl][ðem; ðəm][ʌn'tɪl][sɔːft] .

put	**them**	**into**	**a**	**saucepan**	**and**	**boil**	**them**	**until**	**soft**	**.**
放	他们	进入	一个	平底锅	和	熬	他们	直到	柔软的	.

将它们放入平底锅中煮至软烂。

[ðen] [pæs][ðem; ðəm] [θruː] [ə; eɪ] [sɪv] .

Then	**pass**	**them**	**through**	**a**	**sieve**	**.**
然后	经过	他们	通过	一个	筛	.

然后将它们过筛。

[pʊt][ðer; ðər][dʒuːs]['ɪntuː][ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ][wʌn] ['hiːpɪŋ] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['bʌtər] [ɔːr][wʌn] -

Put	**their**	**juice**	**into**	**a**	**saucepan**	**with**	**one**	**heaping**	**tablespoon**	**of**	**butter**	**or**	**one**	**-**
放	他们的	汁	进入	一个	平底锅	和	一	堆积	汤匙	的	黄油	或者	一	-

[hæf] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] [gʊd] [lɑːrd] ,

half	**tablespoon**	**of**	**good**	**lard**	**,**
一半	汤匙	的	好的	猪油	,

将它们的汁液倒入平底锅中，加入一大勺黄油或半勺优质猪油。

[sɔːlt][ænd; ənd] ['pepər] , [ænd; ənd][bɔɪl] [ə'gen] , ['ædɪŋ] ['wɔːtər] [ɪf] [ðə; ðɪ] [sɔːs] [bɪ'kʌmz] [tuː] [θɪk] .

salt	**and**	**pepper**	**,**	**and**	**boil**	**again**	**,**	**adding**	**water**	**if**	**the**	**sauce**	**becomes**	**too**	**thick**	**.**
盐	和	胡椒	,	和	熬	再次	,	添加	水	如果	这	酱	变成	也	厚的	.

加入盐和胡椒粉，再次煮沸，如果酱汁太稠，可以加水。

[ðɪs] [sɔːs] [kæn; kən][biː; bi][kept][ɪn][ə; eɪ]['bɑːt(ə)l][fɔːr; fər] ['sevrəl] [deɪz] .

This	**sauce**	**can**	**be**	**kept**	**in**	**a**	**bottle**	**for**	**several**	**days**	**.**
这	酱	能	是	保留	在	一个	瓶子	为了	一些	天	.

这种酱汁装瓶后可以保存好几天。

[ˌaɪ 'tiː][kæn; kən][biː; bi] [juːst] [fɔːr; fər][ˌmækə'roʊni] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . , [ɪn] [pleɪs] [ʌv; əv][ðə; ðɪ][tə'meɪtoʊ]

It	**can**	**be**	**used**	**for**	**macaroni**	**,**	**etc**	**.**	**,**	**in**	**place**	**of**	**the**	**tomato**
它	能	是	用过的	为了	通心粉	,	ETC	.	,	在	地方	的	这	番茄

[peɪst] .

paste	**.**
粘贴	.

它可以代替番茄酱用于通心粉等食物中。

[tə'meɪtoʊ] [sɔːs] [noʊ] . [ˌtuː'tuː]

TOMATO	**SAUCE**	**NO**	**.**	**2**
番茄	酱	不	.	2

番茄酱2号

[mɪns] [wʌn] - ['kwɔːrtər][ʌv; əv][æn; ən]['ʌnjən] , [wʌn] - [hæf][ə; eɪ][stɔːk] [ʌv; əv] ['seləri] , [ə; eɪ][fjuː] [liːvz]

Mince	**one**	**-**	**quarter**	**of**	**an**	**onion**	**,**	**one**	**-**	**half**	**a**	**stalk**	**of**	**celery**	**,**	**a**	**few**	**leaves**
剁碎	一	-	四分之一	的	一个	洋葱	,	一	-	一半	一个	茎	的	芹菜	,	一个	很少	树叶

[ʌv; əv] [swiːt] ['beɪzl] ,

of	**sweet**	**basil**	**,**
的	甜的	罗勒	,

将四分之一的洋葱、半根芹菜、几片甜罗勒叶切碎。

[ænd; ənd][ə; eɪ] [bʌntʃ] [ʌv; əv] ['pɑːrsli] [ʌp] [faɪn] .

and	**a**	**bunch**	**of**	**parsley**	**up**	**fine**	**.**
和	一个	束	的	香菜	向上	美好的	.

还有一大把欧芹也很好。

[ˌeɪ diː 'diː][wʌn] - [hæf][kʌp][ʌv; əv]['ɑːlɪv] - [ɔɪl] , [ə; eɪ] [pɪntʃ] [ʌv; əv][sɔːlt][ænd; ənd][wʌn][ʌv; əv] ['pepər] ,

Add	**one**	**-**	**half**	**cup**	**of**	**olive**	**-**	**oil**	**,**	**a**	**pinch**	**of**	**salt**	**and**	**one**	**of**	**pepper**	**,**
添加	一	-	一半	杯子	的	橄榄	-	油	,	一个	捏	的	盐	和	一	的	胡椒	,

加入半杯橄榄油、一小撮盐和一小撮胡椒粉，

[ænd; ənd][kʌt] [eɪt] [ɔːr][naɪn][tə'meɪtoʊz]['ɪntuː]['slaɪsɪz] .

and	**cut**	**eight**	**or**	**nine**	**tomatoes**	**into**	**slices**	**.**
和	切	八	或者	九	西红柿	进入	切片	.

将八九个西红柿切成片。

[bɔɪl] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] [sɔːs] [ɪz] [æz; əz] [θɪk] [æz; əz] [kriːm] , ['stɜːrɪŋ] [ə'keɪʒ(ə)nəli] ,

Boil	**until**	**the**	**sauce**	**is**	**as**	**thick**	**as**	**cream**	**,**	**stirring**	**occasionally**	**,**
熬	直到	这	酱	是	作为	厚的	作为	奶油	,	搅拌	偶尔	,

煮至酱汁浓稠如奶油，期间偶尔搅拌。

[ðen] [streɪn] [θruː] [ə; eɪ] [sɪv] [ænd; ənd] [sɜːrv] .

then	**strain**	**through**	**a**	**sieve**	**and**	**serve**	**.**
然后	拉紧	通过	一个	筛	和	服务	.

然后用筛子过滤后即可食用。

[tə'meɪtoʊ] [sɔːs] [noʊ] . [θriː]

TOMATO	**SAUCE**	**NO**	**.**	**3**
番茄	酱	不	.	3

番茄酱3号

[teɪk] [fɔːr] [paʊndz] [ʌv; əv] [tə'meɪtoʊz] , [kʌt] [ðem; ðəm] [ɪn] [tuː] ,

Take	**four**	**pounds**	**of**	**tomatoes**	**,**	**cut**	**them**	**in**	**two**	**,**
拿	四	磅	的	西红柿	,	切	他们	在	二	,

取四磅西红柿，切成两半，

[ænd; ənd] [pʊt] [ðem; ðəm] ['ɪntuː] [ə; eɪ] [tuː] - [kwɔːrt] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ] [tuː] [waɪn] - ['glæsɪz] [ʌv; əv] ['wɔːtər]

and	**put**	**them**	**into**	**a**	**two**	**-**	**quart**	**saucepan**	**with**	**two**	**wine**	**-**	**glasses**	**of**	**water**
和	放	他们	进入	一个	二	-	夸脱	平底锅	和	二	葡萄酒	-	眼镜	的	水

, [tuː] [ʌv; əv] [sɔːlt] ,

,	**two**	**saltspoons**	**of**	**salt**	**,**
,	二	盐匙	的	盐	,

将它们放入一个两夸脱的平底锅中，加入两杯水和两勺盐。

[wʌn] [ʌv; əv] ['pepər] , ['kʌvər] [ðə; ði] ['sɔːspæn] , [ænd; ənd] [bɔɪl] [fɔːr; fər] ['fɔːrti] ['mɪnɪts] , ['stɜːrɪŋ] ['ɔːf(ə)n]

one	**of**	**pepper**	**,**	**cover**	**the**	**saucepan**	**,**	**and**	**boil**	**for**	**forty**	**minutes**	**,**	**stirring**	**often**
一	的	胡椒	,	覆盖	这	平底锅	,	和	熬	为了	四十	分钟	,	搅拌	经常

[tuː; tə] [prɪ'vent] ['bɜːrnɪŋ] ;

to	**prevent**	**burning**	**;**
到	防止	燃烧	;

加入一勺胡椒粉，盖上锅盖，煮40分钟，经常搅拌以防烧焦；

[ðen] [streɪn] .

then	**strain**	**.**
然后	拉紧	.

然后过滤。

[meɪk] [ə; eɪ] [ruː] [ɪn] [ə'nʌðər] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ] [wʌn] [aʊns] [ʌv; əv] ['bʌtər] [ænd; ənd] [θriː] - ['kwɔːrtərz]

Make	**a**	**roux**	**in**	**another**	**saucepan**	**with**	**one**	**ounce**	**of**	**butter**	**and**	**three**	**-**	**quarters**
制作	一个	鲁	在	其他	平底锅	和	一	盎司	的	黄油	和	三	-	四分之一

[ʌv; əv] [æn; ən] [aʊns] [ʌv; əv] ['flaʊər] .

of	**an**	**ounce**	**of**	**flour**	**.**
的	一个	盎司	的	面粉	.

在另一个平底锅中，用一盎司黄油和四分之三盎司面粉制作面糊。

[kʊk] [fɔːr; fər] [θriː] ['mɪnɪts] , ['mɪksɪŋ] [wel] .

Cook	**for**	**three**	**minutes**	**,**	**mixing**	**well**	**.**
厨师	为了	三	分钟	,	混合	出色地	.

翻炒三分钟，直至充分混合。

[teɪk] [ruː] [ɔːf] [ðə; ði] ['faɪər] , [ænd; ənd] [pɔːr] [ðə; ði] [tə'meɪtoʊz] ['ɪntuː] [ˌaɪ 'tiː] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] [æt; ət] [ə; eɪ] [taɪm] ,

Take	**roux**	**off**	**the**	**fire**	**,**	**and**	**pour**	**the**	**tomatoes**	**into**	**it**	**a**	**little**	**at**	**a**	**time**	**,**
拿	鲁	离开	这	火	,	和	倒	这	西红柿	进入	它	一个	小的	在	一个	时间	,

将面糊从火上移开，然后一点一点地倒入番茄。

['stɜːrɪŋ] [tuː; tə] [kiːp] [ˌaɪ 'tiː] [smuːð] .

stirring	**to**	**keep**	**it**	**smooth**	**.**
搅拌	到	保持	它	光滑的	.

不断搅拌以保持顺滑。

[ˌeɪ diː 'diː] [tuː] ['waɪnˌglæs] [ʌv; əv] [stɑːk] , [pʊt][ɑːn][ðə; ði]['faɪər] , [ænd; ənd] [kʊk] [fɔːr; fər] ['twenti]
Add **two** **wineglasses** **of** **stock** **,** **put** **on** **the** **fire** **,** **and** **cook** **for** **twenty**
添加 二 酒杯 的 库存 , 放 在 这 火 , 和 厨师 为了 二十
['mɪnɪts] ,
minutes **,**
分钟 ,

加入两杯高汤，放在火上煮二十分钟。

['stɜːrɪŋ] [ɔːl][ðə; ði][taɪm] .
stirring **all** **the** **time** **.**
搅拌 全部 这 时间 .

不停地搅拌。

['bʌtər] [sɔːs]
BUTTER **SAUCE**
黄油 酱

黄油酱

[teɪk] [eɪt] ['aʊnsɪz] [ʌv; əv] ['bʌtər] , [wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv][sɔːlt] , [wʌn][ʌv; əv] ['pepər] ,
Take **eight** **ounces** **of** **butter** **,** **one** **tablespoon** **of** **salt** **,** **one** **of** **pepper** **,**
拿 八 盎司 的 黄油 , 一 汤匙 的 盐 , 一 的 胡椒 ,

取八盎司黄油，一汤匙盐，一汤匙胡椒粉，

[ænd; ənd] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv]['lemən] [dʒuːs] .
and **two** **tablespoons** **of** **lemon** **juice** **.**
和 二 汤匙 的 柠檬 汁 .

以及两汤匙柠檬汁。

[stɜːr][wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['wʊd(ə)n] [spuːn] ['oʊvər][ðə; ði]['faɪər][ʌn'tɪl][ðə; ði] ['bʌtər] [ɪz][hæf] [meltid] ,
Stir **with** **a** **wooden** **spoon** **over** **the** **fire** **until** **the** **butter** **is** **half** **melted** **,**
搅拌 和 一个 木制的 勺子 超过 这 火 直到 这 黄油 是 一半 融化 ,

用木勺在火上搅拌，直到黄油半融化。

[ðen] [teɪk] [ˌaɪ 'tiː][ɔːf][ænd; ənd] [kən'tɪnjuː] [tuː; tə][stɜːr][ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][kwaɪt]['lɪkwɪd] .
then **take** **it** **off** **and** **continue** **to** **stir** **until** **it** **is** **quite** **liquid** **.**
然后 拿 它 离开 和 继续 到 搅拌 直到 它 是 相当 液体 .

然后关火，继续搅拌直至完全变成液体。

[baɪ] ['teɪkɪŋ] [ðə; ði] ['bʌtər] [ɔːf][ðə; ði][stoʊv] [brˈfɔːr] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][ɔːl] [meltid][ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [hæv; həv][ə; eɪ]
By **taking** **the** **butter** **off** **the** **stove** **before** **it** **is** **all** **melted** **it** **will** **have** **a**
经过 采取 这 黄油 离开 这 火炉 前 它 是 全部 融化 它 将要 有 一个
['plez(ə)nt] [teɪst] [ʌv; əv] [freʃ] [kriːm] ;
pleasant **taste** **of** **fresh** **cream** **;**
令人愉快的 品尝 的 新鲜的 奶油 ;

在黄油完全融化之前将其从炉子上取下，这样黄油就会有新鲜奶油的美味；

[ðɪs] [ɪz][ɔːl] [lɔːst] ['ʌðərwaɪz] .
this **is** **all** **lost** **otherwise** **.**
这 是 全部丢失的 否则 .

否则这一切都将付诸东流。

[lɔːm'bɑːrdə] [sɔːs]
LOMBARDA **SAUCE**
伦巴第 酱

伦巴第酱

[pʊt] [tuː] ['tʌmblərz] [ʌv; əv] [waɪt] [ruː] [ænd; ənd][wʌn][ʌv; əv] ['tʃɪkɪn] ['dʒeli]['ɪntuː][ə; eɪ] ['sɔːspæn] ,
Put **two** **tumblers** **of** **white** **roux** **and** **one** **of** **chicken** **jelly** **into** **a** **saucepan** **,**
放 二 玻璃杯 的 白色的 鲁 和 一 的 鸡 果冻 进入 一个 平底锅 ,
[rɪ'duːs] ,
reduce **,**
减少 ,

将两杯白面糊和一杯鸡肉冻放入平底锅中，收汁，

[ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː] [θriː] [joʊk] [ʌv; əv] [egz] [mɪkst] [wɪð; wɪθ] [tuː] ['aʊnsɪz] [ʌv; əv] ['bʌtər] [ænd; ənd][ðə; ði]
and 和 | **add** 添加 | **three** 三 | **yolks** 蛋黄 | **of** 的 | **eggs** 鸡蛋 | **mixed** 混合 | **with** 和 | **two** 二 | **ounces** 盎司 | **of** 的 | **butter** 黄油 | **and** 和 | **the** 这
[dʒuːs][ʌv; əv][wʌn] - [hæf]['lemən] .
juice 汁 | **of** 的 | **one** 一 | **-** - | **half** 一半 | **lemon** 柠檬 | **.** .

加入三个蛋黄，混合两盎司黄油和半个柠檬的汁。

[bɪ'fɔːr] [ˌaɪ 'tiː] [bɔɪlz] [teɪk] [ðə; ði] ['sɔːspæn] [ɔːf][ðə; ði]['faɪər] ,
Before 前 | **it** 它 | **boils** 沸腾 | **take** 拿 | **the** 这 | **saucepan** 平底锅 | **off** 离开 | **the** 这 | **fire** 火 | **,** ,

水还没开就把锅从火上移开。

[ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][wʌn] ['tʌmblər] [ʌv; əv] [θɪk] [tə'meɪtoʊ] [sɔːs] ([siː] ['sɔːsɪz] , [peɪdʒ] -) , [streɪn] ,
and 和 | **add** 添加 | **one** 一 | **tumbler** 不倒翁 | **of** 的 | **thick** 厚的 | **tomato** 番茄 | **sauce** 酱 | **(** (| **see** 看 | **Sauces** 酱汁 | **,** , | **page** 页 | **30** - | **)**) | **,** , | **strain** 拉紧 | **,** ,

加入一杯浓稠的番茄酱（参见第30页"酱汁"部分），过滤，

[ænd; ənd][dʒʌst] [bɪ'fɔːr] ['sɜːrvɪŋ] [ˌeɪ diː 'diː][wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] [swiːt] [hɜːrb] [mɪnst] [faɪn] .
and 和 | **just** 只是 | **before** 前 | **serving** 服务 | **add** 添加 | **one** 一 | **tablespoon** 汤匙 | **of** 的 | **sweet** 甜的 | **herbs** 草药 | **minced** 剁碎 | **fine** 美好的 | **.** .

上菜前加入一汤匙切碎的甜香草。

" ['ɑːlə] ['pænə] " [sɔːs]
" " | **ALLA** 阿拉 | **PANNA** 潘纳 | **"** " | **SAUCE** 酱

"ALLA PANNA"酱

[melt][wʌn] - [hæf][ə; eɪ] [paʊnd] [ʌv; əv] ['bʌtər] , [ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['flaʊər] , [sɔːlt] , ['pepər] , [ænd; ənd]
Melt 熔化 | **one** 一 | **-** - | **half** 一半 | **a** 一个 | **pound** 磅 | **of** 的 | **butter** 黄油 | **,** , | **add** 添加 | **a** 一个 | **little** 小的 | **flour** 面粉 | **,** , | **salt** 盐 | **,** , | **pepper** 胡椒 | **,** , | **and** 和
['greɪtɪd] ['nʌtmeg] .
grated 磨碎的 | **nutmeg** 肉豆蔻 | **.** .

融化半磅黄油，加入少许面粉、盐、胡椒粉和磨碎的肉豆蔻。

[stɜːr][ʌn'tɪl] [θɪk] , [ðen] [ˌeɪ diː 'diː][wʌn][paɪnt][ʌv; əv] [kriːm] , [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [tʃɑːpt] ['pɑːrsli] ,
Stir 搅拌 | **until** 直到 | **thick** 厚的 | **,** , | **then** 然后 | **add** 添加 | **one** 一 | **pint** 品脱 | **of** 的 | **cream** 奶油 | **,** , | **a** 一个 | **little** 小的 | **chopped** 切碎 | **parsley** 香菜 | **,** ,

搅拌至浓稠，然后加入一品脱奶油和少许切碎的欧芹。

[ænd; ənd] [hiːt] [fɔːr; fər][faɪv] ['mɪnɪts] .
and 和 | **heat** 热 | **for** 为了 | **five** 五 | **minutes** 分钟 | **.** .

加热五分钟。

[miːt] [sɔːs]
MEAT 肉 | **SAUCE** 酱

肉酱

[pʊt]['ɪntuː][ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wʌn] [paʊnd] [ʌv; əv] [biːf] [ænd; ənd][wʌn] - [hæf][æn; ən]['ʌnjən] [tʃɑːpt] [ʌp]
Put 放 | **into** 进入 | **a** 一个 | **saucepan** 平底锅 | **one** 一 | **pound** 磅 | **of** 的 | **beef** 牛肉 | **and** 和 | **one** 一 | **-** - | **half** 一半 | **an** 一个 | **onion** 洋葱 | **chopped** 切碎 | **up** 向上
[wɪð; wɪθ] [θriː] ['aʊnsɪz] [ʌv; əv][lɑːrd] ,
with 和 | **three** 三 | **ounces** 盎司 | **of** 的 | **lard** 猪油 | **,** ,

将一磅牛肉、半个切碎的洋葱和三盎司猪油放入平底锅中，

[sʌm; səm] ['pɑːrsli] , [sɔːlt] , ['pepər] , [wʌn][kloʊv] , [ænd; ənd][ə; eɪ] ['veri] [smɔːl] [slaɪs][ʌv; əv][hæm] .
some 一些 | **parsley** 香菜 | **,** , | **salt** 盐 | **,** , | **pepper** 胡椒 | **,** , | **one** 一 | **clove** 丁香 | **,** , | **and** 和 | **a** 一个 | **very** 非常 | **small** 小的 | **slice** 片 | **of** 的 | **ham** 火腿 | **.** .

一些欧芹、盐、胡椒粉、一瓣蒜和一小片火腿。

[fraɪ] [ðiːz] ['oʊvər][ə; eɪ][hɑːt]['faɪər][fɔːr; fər][ə; eɪ][fjuː]['moʊmənts] , ['muːvɪŋ] [ðem; ðəm] [kən'tɪnjuəli] ,

Fry	these	over	a	hot	fire	for	a	few	moments	,	moving	them	continually	,
炒	这些	超过	一个	热的	火	为了	一个	很少	时刻	,	移动	他们	持续	,

将它们放在旺火上煎炸片刻，期间要不断翻动。

[ænd; ənd] [wen] [ðə; ðɪ]['ʌnjən][ɪz] [braʊn] [ˌeɪ diː 'diː] [fɔːr] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] [red] [waɪn] ,

and	when	the	onion	is	browned	add	four	tablespoons	of	red	wine	,
和	什么时候	这	洋葱	是	棕色	添加	四	汤匙	的	红色的	葡萄酒	,

洋葱炒至褐色后，加入四汤匙红酒。

[ænd; ənd] [fɔːr] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv][tə'meɪtoʊ] [sɔːs] ([ɔːr][tə'meɪtoʊ] [peɪst]) .

and	four	tablespoons	of	tomato	sauce	(	or	tomato	paste	)	.
和	四	汤匙	的	番茄	酱	(	或者	番茄	粘贴	)	.

以及四汤匙番茄酱（或番茄膏）。

[wen] [ðɪs] [sɔːs] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə] ['spʌtər] , [ˌeɪ diː 'diː] , ['lɪt(ə)l][baɪ]['lɪt(ə)l] , [sʌm; səm] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər] .

When	this	sauce	begins	to	sputter	,	add	,	little	by	little	,	some	boiling	water	.
什么时候	这	酱	开始	到	发出嘶嘶声	,	添加	,	小的	经过	小的	,	一些	沸腾	水	.

当酱汁开始冒泡时，一点一点地加入沸水。

[stɪk] [ə; eɪ][fɔːrk]['ɪntuː][ðə; ðɪ] [miːt] [frʌm; frəm][taɪm][tuː; tə][taɪm][tuː; tə] [ə'laʊ] [ðə; ðɪ][dʒuːsiz][tuː; tə]

Stick	a	fork	into	the	meat	from	time	to	time	to	allow	the	juices	to
戳	一个	叉	进入	这	肉	从	时间	到	时间	到	允许	这	果汁	到

[ɪ'skeɪp] .

escape	.
逃脱	.

时不时用叉子戳一下肉，让肉汁流出来。

[teɪk] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][ʌv; əv][ðə; ðɪ] [sɔːs] [ɪn][ə; eɪ] [spuːn] , [ænd; ənd] [wen] [ˌaɪ 'tiː] [lʊks] [ə; eɪ] [gʊd] ['goʊldən]

Take	a	little	of	the	sauce	in	a	spoon	,	and	when	it	looks	a	good	golden
拿	一个	小的	的	这	酱	在	一个	勺子	,	和	什么时候	它	看起来	一个	好的	金的

['kʌlər] ,

color	,
颜色	,

用勺子舀一点酱汁，当它呈现漂亮的金色时，

[ænd; ənd][ðer; ðər][ɪz][ə; eɪ] [sə'fɪʃ(ə)nt] ['kwɑːntəti][tuː; tə]['kʌvər][ðə; ðɪ] [miːt] ,

and	there	is	a	sufficient	quantity	to	cover	the	meat	,
和	那里	是	一个	充足的	数量	到	覆盖	这	肉	,

而且量足够盖住肉。

[pʊt][ðə; ðɪ] ['kʌvərd] ['sɔːspæn] [æt; ət][ðə; ðɪ] [bæk] [ʌv; əv][ðə; ðɪ] [stoʊv] [ænd; ənd] [ə'laʊ] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə]

put	the	covered	saucepan	at	the	back	of	the	stove	and	allow	it	to
放	这	涵盖	平底锅	在	这	后退	的	这	火炉	和	允许	它	到

['sɪmər] [ʌn'tɪl][ðə; ðɪ] [miːt] [ɪz] ['θɜːrəli] [kʊkt] .

simmer	until	the	meat	is	thoroughly	cooked	.
煨	直到	这	肉	是	彻底	煮熟	.

将盖好盖子的平底锅放在炉灶后面，小火慢炖，直到肉完全煮熟。

[ðen] [teɪk] [aʊt][ðə; ðɪ] [miːt] , [slaɪs][ˌaɪ 'tiː] , [prɪ'per] [ˌmækə'roʊni] , [ɔːr]['eni] [peɪst] [juː; jʊ][dɪ'zaɪər] ,

Then	take	out	the	meat	,	slice	it	,	prepare	macaroni	,	or	any	paste	you	desire	,
然后	拿	出去	这	肉	,	片	它	,	准备	通心粉	,	或者	任何	粘贴	你	欲望	,

然后取出肉，切片，准备通心粉，或者任何你喜欢的酱料。

[ænd; ənd] [sɜːrv] [ˌaɪ 'tiː][wɪð; wɪθ][ðə; ðɪ] [miːt] , [ænd; ənd][ðə; ðɪ] [sɔːs] [pɔːd] ['oʊvər][ɔːl] ,

and	serve	it	with	the	meat	,	and	the	sauce	poured	over	all	,
和	服务	它	和	这	肉	,	和	这	酱	倾倒	超过	全部	,

然后把它和肉一起上桌，淋上酱汁。

[ænd; ənd][ðə; ðɪ] [ə'dɪʃ(ə)n] [ʌv; əv] ['bʌtər] [ænd; ənd]['greɪtɪd] [tʃiːz] .

and	the	addition	of	butter	and	grated	cheese	.
和	这	添加	的	黄油	和	磨碎的	奶酪	.

并加入黄油和磨碎的奶酪。

[ˌiːkəˈnɑːmɪk(ə)l] [sɔːs]
ECONOMICAL SAUCE
经济 酱

经济实惠的酱汁

[teɪk] [wʌn] - [hæf][ʌv; əv][æn; ən][oʊld]['ʌnjən][ænd; ənd][tʃɑːp][ˌaɪ 'tiː][ʌp] [faɪn] .
Take one - half of an old onion and chop it up fine .
拿 一 - 一半 的 一个 老的 洋葱 和 劈 它 向上美好的 .

取半个老洋葱，切碎。

[teɪk] [wʌn] [smɔːl] ['kærət] , [wɑːʃ] [ˌaɪ 'tiː] , [skreɪp] [ˌaɪ 'tiː] , [ænd; ənd][kʌt][ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː] ['trænzvɜːrs] ['slaɪsɪz] ;
Take one small carrot , wash it , scrape it , and cut it into transverse slices ;
拿 一 小的 胡萝卜 , 洗 它 , 刮 它 , 和 切 它 进入 横 切片 ;

取一根小胡萝卜，洗净，刮去外皮，切成横片；

[duː][ðə; ðɪ] [seɪm] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ] [stɔːk] [ʌv; əv] ['seləri] , [sʌm; səm] ['pɑːrsli] , [ænd; ənd][wʌn] [freʃ] [ɔːr]
do the same with a stalk of celery , some parsley , and one fresh or
做 这 相同的 和 一个 茎 的 芹菜 , 一些 香菜 , 和 一 新鲜的 或者
[kænd] ['mʌʃrʊm] .
canned mushroom .
罐装 蘑菇 .

用一根芹菜茎、一些欧芹和一朵新鲜或罐装蘑菇做同样的处理。

[ðen] [teɪk] [ə; eɪ][slaɪs][ʌv; əv][hæm] ([rɔː] [ɪf] ['pɑːsəb(ə)l]) , [fæt][ænd; ənd] [liːn] ,
Then take a slice of ham (raw if possible) , fat and lean ,
然后 拿 一个 片 的 火腿 (生的 如果 可能的) , 胖的 和 倾斜 ,

然后取一片火腿（最好是生的），肥瘦都要，

[əˈbaʊt] [fɔːr] ['fɪŋgərz] [waɪd][ænd; ənd][wʌn]['fɪŋgər] [haɪ] .
about four fingers wide and one finger high .
关于 四 手指 宽的 和 一 手指 高的 .

大约四指宽，一指高。

[tʃɑːp] [ˌaɪ 'tiː][ʌp] [faɪn] , [ænd; ənd][pʊt][ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː][ə; eɪ]['miːdiəm] - [saɪzd] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ][wʌn]
Chop it up fine , and put it into a medium - sized saucepan with one
劈 它 向上美好的 , 和 放 它 进入 一个 中等的 - 尺寸 平底锅 和 一
['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['bʌtər] .
tablespoon of butter .
汤匙 的 黄油 .

把它切碎，放入一个中等大小的平底锅中，加入一汤匙黄油。

[wen] [ðə; ðɪ][hæm][ɪz] ['kʌlərd] , [pʊt][ɪn][ðə; ðɪ] [tʃɑːpt] - [ʌp]['vedʒtəb(ə)lz] , [wʌn][kloʊv] , [sɔːlt] ,
When the ham is colored , put in the chopped - up vegetables , one clove , salt ,
什么时候 这 火腿 是 有色 , 放 在 这 切碎 - 向上 蔬菜 , 一 丁香 , 盐 ,

火腿上色后，放入切碎的蔬菜、一瓣蒜、盐，

[ænd; ənd] ['pepər] , [ænd; ənd][stɜːr] ['kɑːnstəntli] , [ə'laʊɪŋ] [ðə; ðɪ]['vedʒtəb(ə)lz][tuː; tə] [kʊk] ['θɜːrəli]
and pepper , and stir constantly , allowing the vegetables to cook thoroughly
和 胡椒 , 和 搅拌 不断地 , 允许 这 蔬菜 到 厨师 彻底
[bʌt; bət][nɑːt][tuː; tə][bɜːrn] ,
but not to burn ,
但 不是 到 烧伤 ,

加入胡椒粉，并不断搅拌，使蔬菜彻底煮熟但不要烧焦。

[wɪtʃ] [wɪl] [dɪ'strɔɪ] [ðə; ðɪ] [teɪst] [ʌv; əv][ðə; ðɪ] [sɔːs] .
which will destroy the taste of the sauce .
哪个 将要 破坏 这 品尝 的 这 酱 .

这将破坏酱汁的味道。

[ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi][ə; eɪ]['goʊldən]['kʌlər] .
It should be a golden color .
它 应该 是 一个 金的 颜色 .

它应该是金色的。

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [red] [waɪn] [meɪ] [biː; bi] ['ædɪd] [ɪf] [juː; jʊ][hæv; həv][ˌaɪ 'tiː] , [bʌt; bət] [ðɪs] [ɪz][nɑːt] ['nesəseri] .

A	little	red	wine	may	be	added	if	you	have	it	,	but	this	is	not	necessary	.
一个	小的	红色的	葡萄酒	可能	是	额外	如果	你	有	它	,	但	这	是	不是	必要的	.

如果你有红酒，可以加一点，但这并非必要。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː] [fɔːr] [freʃ] [tə'meɪtoʊz] , [kʌt]['ɪntuː] ['sevrəl] ['piːsɪz] , [ðə; ði][skɪnz] [rɪ'muːvd] , [ænd; ənd]

Then	add	four	fresh	tomatoes	,	cut	into	several	pieces	,	the	skins	removed	,	and
然后	添加	四	新鲜的	西红柿	,	切	进入	一些	件	,	这	皮肤	已移除	,	和

[ðə; ði] [siːdz] ['teɪkən][aʊt] .

the	seeds	taken	out	.
这	种子	已采取	出去	.

然后加入四个新鲜西红柿，切成几块，去皮去籽。

[ə'laʊ] [ðiːz] [tuː; tə] [kʊk] [ɪn][ðə; ði] [sɔːs] [ʌn'tɪl] [ðeɪ] ['spʌtər] ,

Allow	these	to	cook	in	the	sauce	until	they	sputter	,
允许	这些	到	厨师	在	这	酱	直到	他们	发出嘶嘶声	,

让这些食材在酱汁中煮至发出噼啪声。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['wɔːtər] ([ɔːr] ['buːjɑːn] [ɪf] [juː; jʊ][hæv; həv][ˌaɪ 'tiː]) ,

then	add	a	little	water	(	or	bouillon	if	you	have	it	)	,
然后	添加	一个	小的	水	(	或者	肉汤	如果	你	有	它	)	,

然后加一点水（或者如果有肉汤的话也可以加一点），

[ə'laʊ] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə] [bɔɪl] [fɔːr; fər][ə; eɪ] [fjuː] ['moʊmənts] [mɔːr] ,

allow	it	to	boil	for	a	few	moments	more	,
允许	它	到	熬	为了	一个	很少	时刻	更多的	,

让它再煮沸片刻。

[ðen] [teɪk] [ˌaɪ 'tiː] [ɔːf] [ðə; ði]['faɪər][ænd; ənd] [pæs] [ˌaɪ 'tiː] [θruː] [ə; eɪ] [sɪv] [ɔːr] [faɪn] ['kɑːləndər] ,

then	take	it	off	the	fire	and	pass	it	through	a	sieve	or	fine	colander	,
然后	拿	它	离开	这	火	和	经过	它	通过	一个	筛	或者	美好的	滤器	,

然后将其从火上移开，用筛子或细孔滤网过滤。

['presɪŋ] [hɑːrd][soʊ] [ðæt] [ɔːl] [wɪl] [pæs] [θruː] .

pressing	hard	so	that	all	will	pass	through	.
紧迫	难的	所以	那	全部	将要	经过	通过	.

用力按压，让所有东西都能通过。

[ɪf] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [tuː] [θɪk] ['æftər] ['streɪnɪŋ] , [ˌeɪ diː 'diː]['wɔːtər][ɔːr] ['buːjɑːn] ,

If	it	is	too	thick	after	straining	,	add	water	or	bouillon	,
如果	它	是	也	厚的	后	紧张	,	添加	水	或者	肉汤	,

如果过滤后太稠，可以加水或肉汤块。

[ænd; ənd][pʊt][ˌaɪ 'tiː] [bæk] [ænd; ənd] [ə'laʊ] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][bɔɪl] [ə'gen] [ə; eɪ] [fjuː] ['moʊmənts] .

and	put	it	back	and	allow	it	to	boil	again	a	few	moments	.
和	放	它	后退	和	允许	它	到	熬	再次	一个	很少	时刻	.

然后放回锅里，再煮沸一会儿。

[ðɪs] [sɔːs] [kæn; kən][biː; bi] [juːst] [fɔːr; fər][ˌmækə'roʊni] , ['njɑːki] , [left] - ['oʊvər] [miːt] , [eg] ,

This	sauce	can	be	used	for	macaroni	,	gnocchi	,	left	-	over	meat	,	egg	,
这	酱	能	是	用过的	为了	通心粉	,	汤团	,	左边	-	超过	肉	,	蛋	,

[ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] .

etc	.
ETC	.

这种酱汁可以用于通心粉、土豆丸子、剩肉、鸡蛋等。

[ðə; ði] [sək'ses] [ʌv; əv][ðə; ði] [sɔːs] [dɪ'pendz] [ə'pɑːn][ðə; ði]['prɑːpər] ['fraɪɪŋ] [ʌv; əv][ðə; ði] ['ʌnjən] [ɪn][ˌaɪ 'tiː] .

The	success	of	the	sauce	depends	upon	the	proper	frying	of	the	onion	in	it	.
这	成功	的	这	酱	取决于	之上	这	恰当的	煎炸	的	这	洋葱	在	它	.

酱汁的成功与否取决于其中洋葱的炒制程度。

[hɑːt] [piːkwɑːnteɪ] [sɔːs]
HOT PIQUANTE SAUCE
热的 辛辣的 酱

辣味皮昆特酱

[tʃɑːp] [ʌp] [faɪn] [tuː] ['aʊnsɪz] [ʌv; əv] [liːn] [hæm][ænd; ənd][ə; eɪ] [smɔːl] [piːs] [ʌv; əv]['ʌnjən] ,
Chop up fine two ounces of lean ham and a small piece of onion ,
劈 向上美好的 二 盎司 的 倾斜 火腿 和 一个 小的 片 的 洋葱 ,

将两盎司瘦火腿和一小块洋葱切碎，

[ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] ['seləri] , [ðə; ðɪ] [stɔːks] [ʌv; əv] ['pɑːrsli] , [wʌn][kloʊv] , [wʌn] - [hæf] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv]
add a little celery , the stalks of parsley , one clove , one - half tablespoon of
添加 一个 小的 芹菜 , 这 茎 的 香菜 , 一 丁香 , 一 - 一半 汤匙 的
['pepər] , [ænd; ənd][wʌn] - [hæf] [beɪ] - [liːf] .
pepper , and one - half bay - leaf .
胡椒 , 和 一 - 一半 湾 - 叶子 .

加入少许芹菜、欧芹梗、一瓣丁香、半汤匙胡椒粉和半片月桂叶。

[pɔːr] ['oʊvər] [ðiːz] [ɪn'griːdiənts] [ə; eɪ][skænt][wʌn] - [hæf] [kʌp][ʌv; əv] ['vɪnɪgər] .
Pour over these ingredients a scant one - half cup of vinegar .
倒 超过 这些 原料 一个 稀少 一 - 一半 杯子 的 醋 .

在这些食材上淋上少许醋（约半杯）。

['kʌvər] [ðə; ðɪ] ['sɔːspæn] [ænd; ənd] [ə'laʊ] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə] [bɔɪl] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [kən'sʊmd] [wʌn] - [hæf] .
Cover the saucepan and allow it to boil until it has consumed one - half .
覆盖 这 平底锅 和 允许 它 到 熬 直到 它 有 消耗 一 - 一半 .

盖上锅盖，煮至汤汁减少一半。

[pʊt]['ɪntuː] [ə'nʌðər] ['sɔːspæn] [wʌn] - [hæf] [kʌp][ʌv; əv] ['buːjɑːn] ([ɔːr]['wɔːtər][ɪn] [wɪtʃ] [juː; jʊ][hæv; həv]
Put into another saucepan one - half cup of bouillon (or water in which you have
放 进入 其他 平底锅 一 - 一半 杯子 的 肉汤 (或者 水 在 哪个 你 有
[dɪ'zɑːlvd] [wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv]['ekstrækt; ɪk'strækt][ʌv; əv] [biːf]) .
dissolved one tablespoon of extract of beef) .
溶解 一 汤匙 的 提炼 的 牛肉) .

在另一个平底锅中放入半杯肉汤（或将一汤匙牛肉提取物溶解在水中）。

[ə'laʊ] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə] [bɔɪl] ,
Allow it to boil ,
允许 它 到 熬 ,

让它煮沸。

[ænd; ənd] [ðen] ['θɪkən] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ] ['tiːspuːn] [ʌv; əv][pə'teɪtoʊ]['flaʊər] [wɪtʃ] [hæz; həz] [bɪn] [daɪ'luːtɪd]
and then thicken with a teaspoon of potato flour which has been diluted
和 然后 加厚 和 一个 茶匙 的 土豆 面粉 哪个 有 到过 稀
[ɪn][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][koʊld]['wɔːtər] .
in a little cold water .
在 一个 小的 寒冷的 水 .

然后加入一茶匙用少量冷水稀释的土豆淀粉勾芡。

[drɑːp] [ðɪs] , ['lɪt(ə)l][baɪ]['lɪt(ə)l] ,
Drop this , little by little ,
降低 这 , 小的 经过 小的 ,

一点一点地放下它，

['ɪntuː][ðə; ðɪ] ['sɔːspæn] [ʌn'tɪl][juː; jʊ][hæv; həv] [geɪnd] [ðə; ðɪ][rɪ'kwaɪərd] ['θɪknəs] [fɔːr; fər][ðə; ðɪ] [sɔːs] .
into the saucepan until you have gained the required thickness for the sauce .
进入 这 平底锅 直到 你 有 获得 这 必需的 厚度 为了 这 酱 .

将酱汁倒入平底锅中，直到达到所需的浓稠度。

[ðen] [pɔːr] [ɪn][ðə; ðɪ] [bɔɪld] ['vɪnɪgər] , ['pæsɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [θruː] [tʃiːz] - [klɔːθ] .
Then pour in the boiled vinegar , passing it through cheese - cloth .
然后 倒 在 这 煮沸 醋 , 通过 它 通过 奶酪 - 布 .

然后倒入煮沸的醋，用纱布过滤。

[mɪks] [wel] [tə'geðər] [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ] ['tiːspuːn] [ʌv; əv] [frentʃ] ['mʌstərd] , [sʌm; səm]['keipəz] ,
Mix **well** **together** **and** **add** **a** **teaspoon** **of** **French** **mustard** **,** **some** **capers** **,**
混合 出色地 一起 和 添加 一个 茶匙 的 法语 芥末 , 一些 刺山柑 ,
[ænd; ənd][sʌm; səm] [tʃɑːpt] - [ʌp] ['pɪkəlz] .
and **some** **chopped** **-** **up** **pickles** **.**
和 一些 切碎 - 向上 泡菜 .

将所有食材充分混合，然后加入一茶匙法式芥末酱、一些刺山柑和一些切碎的酸黄瓜。

[sɜːrv] [hɑːt][wɪð; wɪθ] [miːts] [ɔːr] [tʌŋ] .
Serve **hot** **with** **meats** **or** **tongue** **.**
服务 热的 和 肉类 或者 舌头 .

趁热与肉类或牛舌一起食用。

[ðə; ði] ['pepər] [ʃʊd; ʃəd] [prɪ'dɑːmɪneɪt] [ɪn] [ðɪs] [sɔːs] .
The **pepper** **should** **predominate** **in** **this** **sauce** **.**
这 胡椒 应该 占主导地位 在 这 酱 .

这款酱汁应该以胡椒味为主。

[piːkwɑːnteɪ] [sɔːs] [wɪð; wɪθ] [eg]
PIQUANTE **SAUCE** **WITH** **EGG**
辛辣的 酱 和 蛋

辣酱配鸡蛋

[teɪk] [sʌm; səm]['æntʃoʊvi] [peɪst] — [wʌn] ['teɪblspuːn] , [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] [tʃɑːpt] ['pɑːrsli] ,
Take **some** **anchovy** **paste** **—** **one** **tablespoon** **,** **two** **tablespoons** **of** **chopped** **parsley** **,**
拿 一些 凤尾鱼 粘贴 — 一 汤匙 , 二 汤匙 的 切碎 香菜 ,
[sʌm; səm]['keipəz][ænd; ənd] [tʃɑːpt] ['pɪkəlz] ,
some **capers** **and** **chopped** **pickles** **,**
一些 刺山柑 和 切碎 泡菜 ,

取一汤匙凤尾鱼酱、两汤匙切碎的欧芹、一些刺山柑和切碎的酸黄瓜，

[wʌn] ['tiːspuːn] [ʌv; əv] [frentʃ] ['mʌstərd] [ænd; ənd][ðə; ði] [joʊk] [ʌv; əv] [tuː] [hɑːrd] - [bɔɪld] [egz] .
one **teaspoon** **of** **French** **mustard** **and** **the** **yolks** **of** **two** **hard** **-** **boiled** **eggs** **.**
一 茶匙 的 法语 芥末 和 这 蛋黄 的 二 难的 - 煮沸 鸡蛋 .

一茶匙法式芥末酱和两个煮熟的蛋黄。

[wɜːrk] [ðɪs] [ɔːl] [tə'geðər] ['ɪntuː][ə; eɪ] [peɪst] ,
Work **this** **all** **together** **into** **a** **paste** **,**
工作 这 全部 一起 进入 一个 粘贴 ,

将所有材料混合成糊状。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː] [θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['ɑːlɪv] - [ɔɪl][ænd; ənd] [tuː] [ɔːr] [θriː] [ʌv; əv] ['vɪnɪgər] [ænd; ənd]
then **add** **three** **tablespoons** **of** **olive** **-** **oil** **and** **two** **or** **three** **of** **vinegar** **and**
然后 添加 三 汤匙 的 橄榄 - 油 和 二 或者 三 的 醋 和
[ə; eɪ] [pɪntʃ] [ʌv; əv][sɔːlt][ænd; ənd] ['pepər] .
a **pinch** **of** **salt** **and** **pepper** **.**
一个 捏 的 盐 和 胡椒 .

然后加入三汤匙橄榄油、两三汤匙醋，以及少许盐和胡椒粉。

[ðɪs] [sɔːs] [ɪz] [gʊd] [wɪð; wɪθ][bəuθ] [miːt] [ænd; ənd] [fɪʃ] .
This **sauce** **is** **good** **with** **both** **meat** **and** **fish** **.**
这 酱 是 好的 和 两个都 肉 和 鱼 .

这种酱汁搭配肉类和鱼类都很美味。

[egz]
EGGS
鸡蛋

鸡蛋

[egz] [wɪð; wɪθ] ['piːz]
EGGS **WITH** **PEAS**
鸡蛋 和 豌豆

豌豆炒鸡蛋

[teɪk] [wʌn][ænd; ənd][wʌn] - [hæf] [kʌps] [ʌv; əv] [griːn] ['piːz] ,
Take one and one - half cups of green peas ,
拿 一 和 一 - 一半 杯子 的 绿色的 豌豆 ,

取一杯半青豌豆，

[ænd; ənd] [kʊk] [ðem; ðəm][wɪð; wɪθ][wʌn][ænd; ənd][wʌn] - [hæf] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] [gʊd] ['bʌtər] ,
and cook them with one and one - half tablespoons of good butter ,
和 厨师 他们 和 一 和 一 - 一半 汤匙 的 好的 黄油 ,
[ænd; ənd][ə; eɪ] [pɪntʃ] [ʌv; əv][sɔːlt] .
and a pinch of salt .
和 一个 捏 的 盐 .

用一汤匙半优质黄油和一小撮盐烹制。

[teɪk] [fɔːr] [hɑːrd] - [bɔɪld] [egz] , [kʌt][ðem; ðəm][ɪn] [tuː] ['leŋkθwaɪz; 'leŋθwaɪz] , [ænd; ənd][pʊt][ðem; ðəm]
Take four hard - boiled eggs , cut them in two lengthwise , and put them
拿 四 难的 - 煮沸 鸡蛋 , 切 他们 在 二 纵向 , 和 放 他们
[ɑːn][ə; eɪ] ['plætər] ;
on a platter ;
在 一个 拼盘 ;

取四个煮熟的鸡蛋，纵向切成两半，放在盘子里；

[pɔːr] ['oʊvər][ðem; ðəm][ðə; ði] ['piːz] [æz; əz][ə; eɪ] [sɔːs] .
pour over them the peas as a sauce .
倒 超过 他们 这 豌豆 作为 一个 酱 .

将豌豆浇在上面作酱汁。

[egz] " ['ɑːlə] [ˌmɪlə'niz]
EGGS " ALLA MILANESE
鸡蛋 " 阿拉 米兰人

米兰式鸡蛋

" [hɑːrd][bɔɪl] [fɔːr] [egz] , [kʌt][ðem; ðəm][ɪn] [fɔːr] ['piːsɪz] [iːtʃ] , [pʊt][ðem; ðəm][ɪn][ə; eɪ] ['plætər] ,
" Hard boil four eggs , cut them in four pieces each , put them in a platter ,
" 难的 熬 四 鸡蛋 , 切 他们 在 四 件 每个 , 放 他们 在 一个 拼盘 ,

"煮熟四个鸡蛋，每个鸡蛋切成四块，放在盘子里，

[ænd; ənd] [pɔːr] ['oʊvər][ðem; ðəm][ðə; ði] ['fɑːloʊɪŋ] [sɔːs] :
and pour over them the following sauce :
和 倒 超过 他们 这 下列的 酱 :

然后淋上以下酱汁：

[kriːm] [ʌv; əv] ['lemən] [sɔːs]
CREAM OF LEMON SAUCE
奶油 的 柠檬 酱

柠檬奶油酱

[teɪk] [wʌn][kʌp][ʌv; əv][koʊld]['wɔːtər] ,
Take one cup of cold water ,
拿 一 杯子 的 寒冷的 水 ,

取一杯冷水，

[ænd; ənd] [pɔːr] [wʌn] - [hæf][ʌv; əv][ˌaɪ 'tiː][ɪn][ə; eɪ] [boʊl] [wɪð; wɪθ][wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] [stɑːrtʃ] ,
and pour one - half of it in a bowl with one tablespoon of starch ,
和 倒 一 - 一半 的 它 在 一个 碗 和 一 汤匙 的 淀粉 ,

将其中一半倒入碗中，加入一汤匙淀粉。

[stɜːr] [wel] [ʌn'tɪl] [stɑːrtʃ] [ɪz] [dɪ'zɑːlvd] .
stir well until starch is dissolved .
搅拌 出色地 直到 淀粉 是 溶解 .

搅拌至淀粉完全溶解。

[pɔːr] [ðə; ði] ['ʌðər] [wʌn] - [hæf]['ɑːntə][wʌn] ['hiːpɪŋ] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['paʊərd] ['ʃʊgər] [ænd; ənd] [bɔɪl]
Pour **the** **other** **one** **-** **half** **onto** **one** **heaping** **tablespoon** **of** **powered** **sugar** **and** **boil**
倒 这 其他 一 - 一半 到 一 堆积 汤匙 的 动力 糖 和 熬
[fɔːr; fər][ə; eɪ][fjuː]['moʊmənts] — [ʌn'tɪl] ['ʃʊgər] [ɪz] ['θɜːrəli] [dɪ'zɑːlvd] .
for **a** **few** **moments** **—** **until** **sugar** **is** **thoroughly** **dissolved** **.**
为了 一个 很少 时刻 — 直到 糖 是 彻底 溶解 .

将另一半倒入一大勺糖粉中，煮沸片刻，直到糖完全溶解。

[ə'laʊ] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə] [kuːl] , [ænd; ənd] [ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] [stɑːrtʃ] , [ænd; ənd][wʌn][kʌp][ʌv; əv][mɪlk] ,
Allow **it** **to** **cool** **,** **and** **then** **add** **the** **starch** **,** **and** **one** **cup** **of** **milk** **,**
允许 它 到 凉爽的 , 和 然后 添加 这 淀粉 , 和 一 杯子 的 牛奶 ,

待其冷却后，加入淀粉和一杯牛奶。

[ə; eɪ] [pɪntʃ] [ʌv; əv][sɔːlt] , [ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['greɪtɪd]['lemən] - [raɪnd] , [ænd; ənd] [tuː] [joʊk] [ʌv; əv] [egz] .
a **pinch** **of** **salt** **,** **a** **little** **grated** **lemon** **-** **rind** **,** **and** **two** **yolks** **of** **eggs** **.**
一个 捏 的 盐 , 一个 小的 磨碎的 柠檬 - 果皮 , 和 二 蛋黄 的 鸡蛋 .

一小撮盐，少许柠檬皮屑，以及两个蛋黄。

[mɪks][ɔːl] ['θɜːrəli] , [ðen] [streɪn] [θruː] [ə; eɪ] [sɪv] , [ðen] [pʊt][ɑːn][ðə; ði][stoʊv] [ə'gen] ,
Mix **all** **thoroughly** **,** **then** **strain** **through** **a** **sieve** **,** **then** **put** **on** **the** **stove** **again** **,**
混合 全部 彻底 , 然后 拉紧 通过 一个 筛 , 然后 放 在 这 火炉 再次 ,

将所有材料充分混合，然后用筛子过滤，再放回炉子上加热。

[ænd; ənd]['oʊvər][ə; eɪ] ['mɑːdərət] ['faɪər] , [stɜːr][ˌaɪ 'tiː] ['kɑːnstəntli] , ['ɔːlweɪz][ɪn][ðə; ði] [seɪm]
and **over** **a** **moderate** **fire** **,** **stir** **it** **constantly** **,** **always** **in** **the** **same**
和 超过 一个 缓和 火 , 搅拌 它 不断地 , 总是 在 这 相同的
[də'rekʃn; daɪ'rekʃn] ,
direction **,**
方向 ,

用中火不断搅拌，始终朝同一个方向搅拌。

[ʌn'tɪl][ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [ə'suːmd] [ðə; ði] ['θɪknəs] [juː; jʊ][dɪ'zaɪər] .
until **it** **has** **assumed** **the** **thickness** **you** **desire** **.**
直到 它 有 假定 这 厚度 你 欲望 .

直到达到你想要的厚度。

[egz] " ['ɑːlə] -
EGGS **"** **ALLA** **SCIARMANTE**
鸡蛋 " 阿拉 -

鸡蛋"ALLA SCIARMANTE"

" [hɑːrd][bɔɪl] [fɔːr] [egz] ; [kʌt]['ɪntuː] ['sevrəl] ['piːsɪz] .
" **Hard** **boil** **four** **eggs** **;** **cut** **into** **several** **pieces** **.**
" 难的 熬 四 鸡蛋 ; 切 进入 一些 件 .

将四个鸡蛋煮熟，切成几块。

[ðen] [prɪ'per] [ðə; ði] ['fɑːloʊɪŋ] :
Then **prepare** **the** **following** **:**
然后 准备 这 下列的 :

然后准备以下物品:

[bɔɪl] [daʊn] [tuː; tə][ə; eɪ] ['sɪrəp] [wʌn] ['hiːpɪŋ] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['ʃʊgər] , [raɪnd][ʌv; əv][wʌn] - ['kwɔːrtər]
Boil **down** **to** **a** **syrup** **one** **heaping** **tablespoon** **of** **sugar** **,** **rind** **of** **one** **-** **quarter**
熬 向下 到 一个 糖浆 一 堆积 汤匙 的 糖 , 果皮 的 一 - 四分之一
[ʌv; əv]['lemən] ,
of **lemon** **,**
的 柠檬 ,

将一大勺糖和四分之一柠檬皮熬成糖浆。

[wʌn][skænt][kʌp][ʌv; əv]['wɔːtər] , [ænd; ənd][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [piːs] [ʌv; əv] ['sɪnəmən] .
one **scant** **cup** **of** **water** **,** **and** **a** **little** **piece** **of** **cinnamon** **.**
一 稀少 杯子 的 水 , 和 一个 小的 片 的 肉桂 .

一小杯水，一小块肉桂。

[ðen] [rɪˈmuːv] [ðə; ði][ˈlemən] - [raɪnd][ænd; ənd][ðə; ði] [ˈsɪnəmən] , [ænd; ənd][ˌeɪ diː ˈdiː][wʌn][kʌp][ʌv; əv]

Then	**remove**	**the**	**lemon**	**-**	**rind**	**and**	**the**	**cinnamon**	**,**	**and**	**add**	**one**	**cup**	**of**
然后	消除	这	柠檬	-	果皮	和	这	肉桂	,	和	添加	一	杯子	的

[mɪlk][ɔːr] [kriːm] .

milk	**or**	**cream**	**.**
牛奶	或者	奶油	.

然后取出柠檬皮和肉桂，加入一杯牛奶或奶油。

[wen] [ˈhiːtɪd] [θruː] , [teɪk] [ɔːf][ʌv; əv][ˈfaɪər] , [ænd; ənd][ˌeɪ diː ˈdiː][ðə; ði] [joʊk] [ʌv; əv] [fɔːr] [egz] ,

When	**heated**	**through**	**,**	**take**	**off**	**of**	**fire**	**,**	**and**	**add**	**the**	**yolks**	**of**	**four**	**eggs**	**,**
什么时候	加热	通过	,	拿	离开	的	火	,	和	添加	这	蛋黄	的	四	鸡蛋	,

[ˈbiːtɪŋ] [wel] [təˈgeðər] .

beating	**well**	**together**	**.**
殴打	出色地	一起	.

加热完成后，关火，加入四个鸡蛋的蛋黄，充分搅拌均匀。

[ðen] [pɔːr] [ðə; ði] [sɔːs] [ˈoʊvər][ðə; ði][hɑːrd] - [bɔɪld] [egz] [ɪn][ə; eɪ] [ˈʃæloʊ] [ˈbeɪkɪŋ] - [dɪʃ] ,

Then	**pour**	**the**	**sauce**	**over**	**the**	**hard**	**-**	**boiled**	**eggs**	**in**	**a**	**shallow**	**baking**	**-**	**dish**	**,**
然后	倒	这	酱	超过	这	难的	-	煮沸	鸡蛋	在	一个	浅的	烘烤	-	盘子	,

然后将酱汁淋在盛有煮熟鸡蛋的浅烤盘中。

[pʊt][ˌaɪ ˈtiː][ɪn][ə; eɪ] [ˈveri] [ˈmɑːdərət] [ˈʌv(ə)n] , [ænd; ənd] [beɪk] .

put	**it**	**in**	**a**	**very**	**moderate**	**oven**	**,**	**and**	**bake**	**.**
放	它	在	一个	非常	缓和	烤箱	,	和	烤	.

把它放在温度适中的烤箱里烘烤。

[bɪˈfɔːr] [ˈsɜːrvɪŋ] [skwiːz] [ɑːn][ə; eɪ][ˈlɪt(ə)l][ˈlemən][dʒuːs][ænd; ənd] [ˈgɑːrnɪʃ] [wɪð; wɪθ] [skwer] [ʌv; əv][fraɪd]

Before	**serving**	**squeeze**	**on**	**a**	**little**	**lemon**	**juice**	**and**	**garnish**	**with**	**squares**	**of**	**fried**
前	服务	挤	在	一个	小的	柠檬	汁	和	装饰	和	正方形	的	油煎

[bred] .

bread	**.**
面包	.

上菜前挤上少许柠檬汁，并用炸面包块装饰。

[egz] [wɪð; wɪθ][piːkwɑːnteɪ] [sɔːs]

EGGS	**WITH**	**PIQUANTE**	**SAUCE**
鸡蛋	和	辛辣的	酱

辣酱炒蛋

[tʃɑːp] [ʌp] [faɪn] [wʌn] [ˈpɪkld] [ˈpepər] , [wʌn] [ˈtiːspuːn] [ʌv; əv][ˈkeipəz] , [wʌn] - [hæf] [smɔːl] [ˈpɪkld]

Chop	**up**	**fine**	**one**	**pickled**	**pepper**	**,**	**one**	**teaspoon**	**of**	**capers**	**,**	**one**	**-**	**half**	**small**	**pickled**
劈	向上美好的		一	腌制	胡椒	,	一	茶匙	的	刺山柑	,	一	-	一半	小的	腌制

[ˈʌnjən] [ænd; ənd][wʌn] [ˈpɪkl] ,

onion	**and**	**one**	**pickle**	**,**
洋葱	和	一	泡菜	,

将一个腌辣椒、一茶匙刺山柑、半个小腌洋葱和一根酸黄瓜切碎。

[ænd; ənd][sʌm; səm] [ˈpɑːrsli] .

and	**some**	**parsley**	**.**
和	一些	香菜	.

还有一些欧芹。

[dɪˈzɑːlv] [ɪn] [ˈbɔɪlɪŋ] [ˈwɔːtər][wʌn] [ˈteɪblspuːn] [ʌv; əv] [ˈbʌtər] , [ˌeɪ diː ˈdiː][ðə; ði][dʒuːs][ʌv; əv][wʌn] - [hæf]

Dissolve	**in**	**boiling**	**water**	**one**	**tablespoon**	**of**	**butter**	**,**	**add**	**the**	**juice**	**of**	**one**	**-**	**half**
溶解	在	沸腾	水	一	汤匙	的	黄油	,	添加	这	汁	的	一	-	一半

[ʌv; əv][ˈlemən] ,

of	**lemon**	**,**
的	柠檬	,

将一汤匙黄油溶于沸水中，加入半个柠檬的汁，

[ə; eɪ] [pɪntʃ] [ʌv; əv]['flaʊər][tuː; tə] [gɪv] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['bɑːdi] , [ænd; ənd][ðə; ði] [tʃɑːpt] ['pɪkəlz] .

a	**pinch**	**of**	**flour**	**to**	**give**	**a**	**little**	**body**	**,**	**and**	**the**	**chopped**	**pickles**	**.**
一个	捏	的	面粉	到	给	一个	小的	身体	,	和	这	切碎	泡菜	.

加入一小撮面粉增加浓稠度，再加入切碎的酸黄瓜。

[ɪf] [tuː] ['saʊər][ˌeɪ diː 'diː][sʌm; səm] ['ʃʊgər] .

If	**too**	**sour**	**add**	**some**	**sugar**	**.**
如果	也	酸的	添加	一些	糖	.

如果太酸，可以加点糖。

[hɑːrd] [bɔɪl] [fɔːr] [egz] , [kʌt] [ðem; ðəm][ɪn] [fɔːr] , [ænd; ənd] [pɔːr] ['oʊvər][ðem; ðəm][ðə; ði] [sɔːs] .

Hard	**boil**	**four**	**eggs**	**,**	**cut**	**them**	**in**	**four**	**,**	**and**	**pour**	**over**	**them**	**the**	**sauce**	**.**
难的	熬	四	鸡蛋	,	切	他们	在	四	,	和	倒	超过	他们	这	酱	.

煮熟四个鸡蛋，切成四份，然后淋上酱汁。

[egz] " ['ɑːlə] -

EGGS	**"**	**ALLA**	**MONACHILE**
鸡蛋	"	阿拉	-

莫纳奇莱式鸡蛋

" [hɑːrd] [bɔɪl] [fɔːr] [egz] , [dɪ'vaɪd][ðem; ðəm][ɪn][hæf] , [ænd; ənd] [pɔːr] ['oʊvər][ðem; ðəm][ðə; ði] ['fɑːloʊɪŋ]

"	**Hard**	**boil**	**four**	**eggs**	**,**	**divide**	**them**	**in**	**half**	**,**	**and**	**pour**	**over**	**them**	**the**	**following**
"	难的	熬	四	鸡蛋	,	划分	他们	在	一半	,	和	倒	超过	他们	这	下列的

[sɔːs] :

sauce	**:**
酱	:

将四个鸡蛋煮熟，切成两半，然后淋上以下酱汁：

[pʊt] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['vɪnɪgər] ['ɪntuː][ə; eɪ] ['sɔːspæn] [ænd; ənd][wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['ʃʊgər] (

Put	**two**	**tablespoons**	**of**	**vinegar**	**into**	**a**	**saucepan**	**and**	**one**	**tablespoon**	**of**	**sugar**	**(**
放	二	汤匙	的	醋	进入	一个	平底锅	和	一	汤匙	的	糖	(

[braʊn] [ɔːr] [waɪt]) ,

brown	**or**	**white**	**)**	**,**
棕色的	或者	白色的	)	,

在平底锅中放入两汤匙醋和一汤匙糖（红糖或白糖），

[ˌfɪf'tiːn] ['ɑːməndz] [tʃɑːpt] [ʌp] [faɪn] , [ænd; ənd][ə; eɪ] [smɔːl] [piːs] [ʌv; əv] ['kændid] ['sɪtrən] .

fifteen	**almonds**	**chopped**	**up**	**fine**	**,**	**and**	**a**	**small**	**piece**	**of**	**candied**	**citron**	**.**
十五	杏仁	切碎	向上	美好的	,	和	一个	小的	片	的	脯	香橼	.

十五颗切碎的杏仁，以及一小块蜜饯香橼。

[let] [ˌaɪ 'tiː] [bɔɪl] [fɔːr; fər][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [waɪl] , [ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ] [pɪntʃ] [ʌv; əv] ['sɪnəmən] ,

Let	**it**	**boil**	**for**	**a**	**little**	**while**	**,**	**then**	**add**	**a**	**pinch**	**of**	**cinnamon**	**,**
让	它	熬	为了	一个	小的	尽管	,	然后	添加	一个	捏	的	肉桂	,

煮沸一会儿，然后加入一小撮肉桂粉。

[kloʊvz] , ['pepər] , [ænd; ənd][sɔːlt] , [ænd; ənd] [ɪf] [tuː] ['æsɪd][ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['wɔːtər] .

cloves	**,**	**pepper**	**,**	**and**	**salt**	**,**	**and**	**if**	**too**	**acid**	**add**	**a**	**little**	**water**	**.**
丁香	,	胡椒	,	和	盐	,	和	如果	也	酸	添加	一个	小的	水	.

加入丁香、胡椒和盐，如果太酸，可以加一点水。

[bɪ'fɔːr] ['teɪkɪŋ] [ɔːf] [ðə; ði] [stoʊv] [ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['flaʊər][tuː; tə] [gɪv] ['bɑːdi][tuː; tə][ðə; ði] [sɔːs] .

Before	**taking**	**off**	**the**	**stove**	**add**	**a**	**little**	**flour**	**to**	**give**	**body**	**to**	**the**	**sauce**	**.**
前	采取	离开	这	火炉	添加	一个	小的	面粉	到	给	身体	到	这	酱	.

关火前加入少许面粉，使酱汁浓稠一些。

[pɔːr] ['oʊvər][ðə; ði] [egz] [ænd; ənd] [sɜːrv] .

Pour	**over**	**the**	**eggs**	**and**	**serve**	**.**
倒	超过	这	鸡蛋	和	服务	.

将鸡蛋液浇在上面即可食用。

[egz] " ['ɑːlə] [ˌfiɔːrən'tiːnə]
EGGS **"** **ALLA** **FIORENTINA**
鸡蛋 " 阿拉 佛罗伦萨

佛罗伦萨风味鸡蛋

" [hɑːrd] [bɔɪl] [fɔːr] [egz] .
" **Hard** **boil** **four** **eggs** **.**
" 难的 熬 四 鸡蛋 .

煮四个鸡蛋。

[let] [ðem; ðəm] [kuːl] [ɪn] [ə; eɪ] [boʊl] [ʌv; əv] [koʊld] ['wɔːtər] .
Let **them** **cool** **in** **a** **bowl** **of** **cold** **water** **.**
让 他们 凉爽的 在 一个 碗 的 寒冷的 水 .

将它们放入一碗冷水中冷却。

[piːl] [ðem; ðəm] [ænd; ənd] [dɪ'vaɪd] [ðem; ðəm] [ɪn] [hæf] .
Peel **them** **and** **divide** **them** **in** **half** **.**
果皮 他们 和 划分 他们 在 一半 .

去皮，然后切成两半。

[teɪk] [ðə; ði] [joʊk] [ænd; ənd] [mɪks] [wɪð; wɪθ] [ðem; ðəm] [wʌn] ['hiːpɪŋ] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['bʌtər] ,
Take **the** **yolks** **and** **mix** **with** **them** **one** **heaping** **tablespoon** **of** **butter** **,**
拿 这 蛋黄 和 混合 和 他们 一 堆积 汤匙 的 黄油 ,

取蛋黄，加入一大勺黄油搅拌均匀。

[wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['pɑːrməzɑːnˌpɑːrməzæn] [tʃiːz] ['greɪtɪd] , [ænd; ənd] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] [sɔːlt] [ænd; ənd]
one **tablespoon** **of** **Parmesan** **cheese** **grated** **,** **and** **a** **little** **salt** **and**
一 汤匙 的 帕尔马干酪 奶酪 磨碎的 , 和 一个 小的 盐 和
['pepər] .
pepper **.**
胡椒 .

一汤匙磨碎的帕玛森奶酪，少许盐和胡椒粉。

[pʊt] [ðɪs] ['mɪkstʃər] ['ɪntuː] [ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [joʊk] [ʌv; əv] [tuː] [rɔː] [egz] ,
Put **this** **mixture** **into** **a** **saucepan** **with** **the** **yolks** **of** **two** **raw** **eggs** **,**
放 这 混合物 进入 一个 平底锅 和 这 蛋黄 的 二 生的 鸡蛋 ,

将此混合物倒入平底锅中，加入两个生鸡蛋的蛋黄。

[ænd; ənd] [wʌn] - [hæf] [ʌv; əv] [ðə; ði] [waɪt] [ʌv; əv] [wʌn] [eg] .
and **one** **-** **half** **of** **the** **white** **of** **one** **egg** **.**
和 一 - 一半 的 这 白色的 的 一 蛋 .

以及半个鸡蛋的蛋白。

[stɜːr] [wel] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] ['mɪkstʃər] [bɪ'kʌmz] [θɪk] .
Stir **well** **until** **the** **mixture** **becomes** **thick** **.**
搅拌 出色地 直到 这 混合物 变成 厚的 .

充分搅拌至混合物变得浓稠。

[ðen] [fɪl] [ðə; ði] [hɑːrd] - [bɔɪld] [waɪts] [ʌv; əv] [ðə; ði] [egz] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['stʌfɪŋ] ; [ɪf] ['eni] ['stʌfɪŋ]
Then **fill** **the** **hard** **-** **boiled** **whites** **of** **the** **eggs** **with** **the** **stuffing** **;** **if** **any** **stuffing**
然后 充满 这 难的 - 煮沸 白人 的 这 鸡蛋 和 这 馅 ; 如果 任何 馅
[rɪ'meɪnz] ['oʊvər] ,
remains **over** **,**
遗迹 超过 ,

然后将馅料填入煮熟的蛋白中；如果还有剩余的馅料，

[spred] [ˌaɪ 'tiː] [ɑːn] [ðə; ði] ['plætər] ['ʌndər] [ðə; ði] [egz] .
spread **it** **on** **the** **platter** **under** **the** **eggs** **.**
传播 它 在 这 拼盘 在下面 这 鸡蛋 .

把它铺在盘子上，放在鸡蛋下面。

[ðen] [pʊt][wʌn] - [hæf][kʌp][ʌv; əv][mɪlk][ɪn][ə; eɪ] ['sɔ:spæn] [wɪð; wɪθ][wʌn] - [hæf] ['teɪblspu:n] [ʌv; əv]

Then	put	one	-	half	cup	of	milk	in	a	saucepan	with	one	-	half	tablespoon	of
然后	放	一	-	一半	杯子	的	牛奶	在	一个	平底锅	和	一	-	一半	汤匙	的

['bʌtər] [ænd; ənd][wʌn] - [hæf] ['teɪblspu:n] [ʌv; əv]['flaʊər] ,

butter	and	one	-	half	tablespoon	of	flour	,
黄油	和	一	-	一半	汤匙	的	面粉	,

然后，将半杯牛奶、半汤匙黄油和半汤匙面粉放入平底锅中，

[sɔ:lt] , [ænd; ənd] ['pepər] .

salt	,	and	pepper	.
盐	,	和	胡椒	.

盐和胡椒。

[bɔɪl][fɔ:r; fər][ə; eɪ][fju:]['moʊmənts] , ['stɜ:rɪŋ] [wel] , [ðen] [pɔ:r] ['oʊvər][ðə; ði] [egz] ,

Boil	for	a	few	moments	,	stirring	well	,	then	pour	over	the	eggs	,
熬	为了	一个	很少	时刻	,	搅拌	出色地	,	然后	倒	超过	这	鸡蛋	,

煮沸片刻，充分搅拌，然后淋在鸡蛋上。

['sprɪŋk(ə)l] [wel] [wɪð; wɪθ]['greɪtɪd]['pɑ:rməzɑ:n,'pɑ:rməzæn] [tʃi:z] , [ænd; ənd][pʊt][ɪn][ðə; ði]['ʌv(ə)n]

sprinkle	well	with	grated	Parmesan	cheese	,	and	put	in	the	oven
撒	出色地	和	磨碎的	帕尔马干酪	奶酪	,	和	放	在	这	烤箱

[ænd; ənd] [braʊn] .

and	brown	.
和	棕色的	.

撒上磨碎的帕玛森奶酪，放入烤箱烤至金黄色。

['laɪtnɪŋ]	['ɑ:mlət]
LIGHTNING	OMELETTE
闪电	煎蛋卷

闪电煎蛋卷

['bʌtər] [ə; eɪ] ['beɪkɪŋ] - [dɪʃ] [ænd; ənd][pʊt][ɪn][ðə; ði] ['bɑ:təm] [ʌv; əv][ˌaɪ 'ti:]['slaɪsɪz][ʌv; əv] [steɪl] [bred] (

Butter	a	baking	-	dish	and	put	in	the	bottom	of	it	slices	of	stale	bread	(
黄油	一个	烘烤	-	盘子	和	放	在	这	底部	的	它	切片	的	陈旧	面包	(

[braʊn] [bred] [ɪz] ['betər] [ðæn; ðən] [waɪt]) [wɪtʃ] [hæv; həv] [bɪn] ['dɪpt] [ɪn][mɪlk] .

brown	bread	is	better	than	white	)	which	have	been	dipped	in	milk	.
棕色的	面包	是	更好的	比	白色的	)	哪个	有	到过	浸入	在	牛奶	.

在烤盘上涂上黄油，然后在烤盘底部放入浸泡过牛奶的隔夜面包片（黑面包比白面包好）。

[ðen] [pʊt][ɪn][ə; eɪ] ['leɪər] [ʌv; əv] ['veri] [θɪn] ['slaɪsɪz][ʌv; əv][gru'jer,grɪ'jer] [tʃi:z] .

Then	put	in	a	layer	of	very	thin	slices	of	Gruyere	cheese	.
然后	放	在	一个	层	的	非常	薄的	切片	的	格鲁耶尔奶酪	奶酪	.

然后铺上一层非常薄的格鲁耶尔奶酪片。

[teɪk] [tu:] [egz] , [bi:t] [ðem; ðəm][ʌp][tu:; tə][ə; eɪ] [frɔ:θ] , [ˌeɪ di: 'di:][sɔ:lt][ænd; ənd] ['pepər] ,

Take	two	eggs	,	beat	them	up	to	a	froth	,	add	salt	and	pepper	,
拿	二	鸡蛋	,	打	他们	向上	到	一个	泡沫	,	添加	盐	和	胡椒	,

取两个鸡蛋，打至起泡，加入盐和胡椒粉，

[pɔ:r] [ðem; ðəm]['ɪntu:][ə; eɪ] ['beɪkɪŋ] - [dɪʃ] [ɑ:n][tɑ:p][ʌv; əv][ðə; ði] [bred] [ænd; ənd] [tʃi:z] ,

pour	them	into	a	baking	-	dish	on	top	of	the	bread	and	cheese	,
倒	他们	进入	一个	烘烤	-	盘子	在	顶部	的	这	面包	和	奶酪	,

将它们倒入烤盘中，铺在面包和奶酪上面。

[ðen] [pʊt][ˌaɪ 'ti:][ɪn][ðə; ði]['ʌv(ə)n][ʌn'tɪl][ˌaɪ 'ti:][ɪz] [braʊn] [ɑ:n][tɑ:p] .

then	put	it	in	the	oven	until	it	is	browned	on	top	.
然后	放	它	在	这	烤箱	直到	它	是	棕色	在	顶部	.

然后放入烤箱烤至表面呈金黄色。

[sɜ:rv] [hɑ:t] .

Serve	hot	.
服务	热的	.

趁热食用。

[egz] " ['ɑːlə] -
EGGS " ALLA PIACENTINA
鸡蛋 " 阿拉 -

皮亚琴察风味鸡蛋

" [teɪk] [ðə; ðɪ] [waɪts] [ʌv; əv] [fɔːr] [egz] , [ænd; ənd] [biːt] [ʌn'tɪl] [stɪf] .
" Take the whites of four eggs , and beat until stiff .
" 拿 这 白人 的 四 鸡蛋 , 和 打 直到 僵硬的 .

取四个鸡蛋的蛋白，打发至硬性发泡。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ðɪ] [joʊk] [ænd; ənd][wʌn] ['raʊndɪd] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv][meltid] ['bʌtər] , [ænd; ənd][ə; eɪ]
Then add the yolks and one rounded tablespoon of melted butter , and a
然后 添加 这 蛋黄 和 一 圆润 汤匙 的 融化 黄油 , 和 一个
['lɪt(ə)l][sɔːlt][ænd; ənd] ['pepər] .
little salt and pepper .
小的 盐 和 胡椒 .

然后加入蛋黄和一大勺融化的黄油，再加一点盐和胡椒粉。

[teɪk] [ə; eɪ] [smɔːl] ['beɪkɪŋ] - [dɪʃ] , ['bʌtər] [ˌaɪ 'tiː] [wel] ,
Take a small baking - dish , butter it well ,
拿 一个 小的 烘烤 - 盘子 , 黄油 它 出色地 ,

取一个小烤盘，涂上黄油，

[ænd; ənd] [pʊt] [ɪn] [ðə; ðɪ] ['bɑːtəm] [ə; eɪ] ['leɪər] [ɔːr] [tuː] [ʌv; əv] ['veri] [θɪn] ['slaɪsɪz] [ʌv; əv] [tʃiːz] ,
and put in the bottom a layer or two of very thin slices of cheese ,
和 放 在 这 底部 一个 层 或者 二 的 非常 薄的 切片 的 奶酪 ,

在底部铺上一两层非常薄的奶酪片，

['pɑːrməzɑːn,'pɑːrməzæn][ɔːr][gru'jerˌgrɪ'jer] .
Parmesan or Gruyere .
帕尔马干酪 或者 格鲁耶尔奶酪 .

帕玛森干酪或格鲁耶尔干酪。

[pʊt] ['ɪntuː][ðə; ðɪ]['ʌv(ə)n][fɔːr; fər][ə; eɪ] [fjuː] ['moʊmənts] [ʌn'tɪl] ['θɜːrəli] ['hiːtɪd] ,
Put into the oven for a few moments until thoroughly heated ,
放 进入 这 烤箱 为了 一个 很少 时刻 直到 彻底 加热 ,

放入烤箱烤几分钟，直到完全加热即可。

[ðen] [pɔːr] [ɑːn][ðə; ðɪ] [waɪts] [ʌv; əv] [egz] [mɪkst] [wɪð; wɪθ][ðə; ðɪ] ['ʌðər] [ɪn'griːdiənts] , [pʊt] [bæk] [ɪn]
then pour on the whites of eggs mixed with the other ingredients , put back in
然后 倒 在 这 白人 的 鸡蛋 混合 和 这 其他 原料 , 放 后退 在
[ðə; ðɪ]['ʌv(ə)n] ,
the oven ,
这 烤箱 ,

然后倒入混合了其他配料的蛋白，放回烤箱。

[ænd; ənd] [sɜːrv] [wen] [ðə; ðɪ] [egz] [ɑːr; ər][ə; eɪ]['goʊldən] [braʊn] .
and serve when the eggs are a golden brown .
和 服务 什么时候 这 鸡蛋 是 一个 金的 棕色的 .

鸡蛋煎至金黄色即可出锅。

[egz] " ['ɑːlə] -
EGGS " ALLA BENEDETTINA
鸡蛋 " 阿拉 -

班尼迪克蛋

" [roʊst] [tuː] [smɔːl] ['pepərz] , [teɪk] [ɔːf][ðer; ðər][skɪnz] , [rɪ'muːv] [ðə; ðɪ] [siːdz] , [ænd; ənd][kʌt]['ɪntuː]
" Roast two small peppers , take off their skins , remove the seeds , and cut into
" 烤 二 小的 辣椒 , 拿 离开 他们的 皮肤 , 消除 这 种子 , 和 切 进入
[strɪps] .
strips .
条状物 .

将两个小辣椒烤熟，去皮去籽，切成条状。

[teɪk] [tuː] [təˈmeɪtoʊz] ([nɑːt] [tuː] [raɪp]) , [bɔɪl] [ðem; ðəm] , [rɪˈmuːv] [ðə; ði] [skɪnz] [ænd; ənd] [siːdz] ,

Take	two	tomatoes	(	not	too	ripe	)	,	boil	them	,	remove	the	skins	and	seeds	,
拿	二	西红柿	(	不是	也	成熟	)	,	熬	他们	,	消除	这	皮肤	和	种子	,

取两个西红柿（不要太熟），煮熟，去皮去籽，

[ænd; ənd] [kʌt] [ˈɪntuː] [θɪn] [strɪps] [ˈɔːlsoʊ] .

and	cut	into	thin	strips	also	.
和	切	进入	薄的	条状物	还	.

并切成细条。

[ðen] [wɑːʃ] [tuː] [ˈæntʃoʊviz] , [rɪˈmuːv] [ðə; ði] [boʊnz] , [ænd; ənd] [kʌt] [ˈɔːlsoʊ] [ˈɪntuː] [strɪps] .

Then	wash	two	anchovies	,	remove	the	bones	,	and	cut	also	into	strips	.
然后	洗	二	凤尾鱼	,	消除	这	骨头	,	和	切	还	进入	条状物	.

然后洗净两条凤尾鱼，去除鱼骨，并切成条状。

[teɪk] [ə; eɪ] [smɔːl] [ˈbeɪkɪŋ] - [dɪʃ] , [pʊt] [ɪn] [ðə; ði] [strɪps] [ʌv; əv] [ˈpepərz] [ænd; ənd] [təˈmeɪtoʊz] [ænd; ənd]

Take	a	small	baking	-	dish	,	put	in	the	strips	of	peppers	and	tomatoes	and
拿	一个	小的	烘烤	-	盘子	,	放	在	这	条状物	的	辣椒	和	西红柿	和

[ðə; ði] [ˈæntʃoʊviz] .

the	anchovies	.
这	凤尾鱼	.

取一个小烤盘，放入辣椒条、西红柿条和凤尾鱼。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [tuː] [ˈteɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] [gʊd] [ˈɑːlɪv] - [ɔɪl] [ænd; ənd] [pʊt] [ɑːn] [ðə; ði] [tɑːp] [ʌv; əv] [ðə; ði] [stoʊv]

Add	two	tablespoons	of	good	olive	-	oil	and	put	on	the	top	of	the	stove
添加	二	汤匙	的	好的	橄榄	-	油	和	放	在	这	顶部	的	这	火炉

[ʌnˈtɪl] [ðə; ði] [ɪnˈgriːdiənts] [bɔɪl] .

until	the	ingredients	boil	.
直到	这	原料	熬	.

加入两汤匙优质橄榄油，放在炉子上煮至食材沸腾。

[ðen] [breɪk] [ˈɪntuː] [ðə; ði] [dɪʃ] [fɔːr] [egz] , [ˈteɪkɪŋ] [ker] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] [joʊk] [hoʊl] .

Then	break	into	the	dish	four	eggs	,	taking	care	to	keep	the	yolks	whole	.
然后	休息	进入	这	盘子	四	鸡蛋	,	采取	关心	到	保持	这	蛋黄	所有的	.

然后打入四个鸡蛋到盘子里，注意保持蛋黄完整。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [sɔːlt] [ænd; ənd] [ˈpepər] , [ænd; ənd] [pʊt] [ðə; ði] [dɪʃ] [ˈɪntuː] [ðə; ði] [ˈʌv(ə)n] [ʌnˈtɪl] [ðə; ði] [egz] [ɑːr; ər]

Add	salt	and	pepper	,	and	put	the	dish	into	the	oven	until	the	eggs	are
添加	盐	和	胡椒	,	和	放	这	盘子	进入	这	烤箱	直到	这	鸡蛋	是

[kʊkt] .

cooked	.
煮熟	.

加入盐和胡椒粉，然后将菜放入烤箱，直到鸡蛋煮熟。

[egz] " [ˈɑːlə] [rəˈmɑːnə]

EGGS	"	ALLA	ROMANA
鸡蛋	"	阿拉	罗曼娜

罗马式鸡蛋

" [biːt] [fɔːr] [egz] , [waɪts] [ænd; ənd] [joʊk] [təˈgeðər] .

"	Beat	four	eggs	,	whites	and	yolks	together	.
"	打	四	鸡蛋	,	白人	和	蛋黄	一起	.

将四个鸡蛋的蛋白和蛋黄一起打散。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [wʌn] [ˈteɪblspuːn] [ʌv; əv] [mɪlk] [ɔːr] [kriːm] , [sɔːlt] [ænd; ənd] [ˈpepər] , [wʌn] [ˈteɪblspuːn] [ʌv; əv]

Add	one	tablespoon	of	milk	or	cream	,	salt	and	pepper	,	one	tablespoon	of
添加	一	汤匙	的	牛奶	或者	奶油	,	盐	和	胡椒	,	一	汤匙	的

[ˈgreɪtɪd] [ˈpɑːrməzɑːnˌˈpɑːrməzæn] [tʃiːz] ,

grated	Parmesan	cheese	,
磨碎的	帕尔马干酪	奶酪	,

加入一汤匙牛奶或奶油、盐和胡椒粉、一汤匙磨碎的帕玛森奶酪，

[ænd; ənd][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [tʃɑ:pt] - [ʌp] ['pɑ:rsli] .

and	a	little	chopped	-	up	parsley	.
和	一个	小的	切碎	-	向上	香菜	.

再加一点切碎的欧芹。

[wɪð; wɪθ] [ðɪs] [meɪk] [θri:] [ɔ:r] [fɔ:r] ['ɔməlɪts] [ə'baʊt][ðə; ði] ['θɪknəs] [ʌv; əv][ə; eɪ][ten] - [sent] [pi:s] .

With	this	make	three	or	four	omelettes	about	the	thickness	of	a	ten	-	cent	piece	.
和	这	制作	三	或者	四	煎蛋卷	关于	这	厚度	的	一个	十	-	中心	片	.

用这些材料可以做三到四个厚度与一角硬币差不多的煎蛋卷。

[æz; əz][ðə; ði] ['ɔməlɪts] [ɑ:r; ər] ['fɪnɪʃt] [leɪ][ðem; ðəm][ɑ:n][ə; eɪ]['næpkɪn][tu:; tə][ku:l] ;

As	the	omelettes	are	finished	lay	them	on	a	napkin	to	cool	;
作为	这	煎蛋卷	是	完成的	躺	他们	在	一个	餐巾	到	凉爽的	;

煎蛋做好后，放在餐巾纸上晾凉；

[ðen] [kʌt][ðem; ðəm] [træns'və:sli] ['ɪntu:][strɪps] [ə'baʊt][wʌn] - ['kwɔ:rtər][ʌv; əv][æn; ən] [ɪntʃ] [waɪd] .

then	cut	them	transversely	into	strips	about	one	-	quarter	of	an	inch	wide	.
然后	切	他们	横向	进入	条状物	关于	一	-	四分之一	的	一个	英寸	宽的	.

然后将它们横向切成约四分之一英寸宽的条状。

[ðen] [pʊt][ðə; ði][strɪps]['ɪntu:][ə; eɪ] ['sɔ:spæn] [wɪð; wɪθ][sʌm; səm] ['hi:tɪd] ['bʌtər] .

Then	put	the	strips	into	a	saucepan	with	some	heated	butter	.
然后	放	这	条状物	进入	一个	平底锅	和	一些	加热	黄油	.

然后将面条放入平底锅中，加入一些加热的黄油。

[hi:t] [ðem; ðəm] [θru:] ['θɜ:rəli] [ænd; ənd] [sɜ:rv] [wɪð; wɪθ]['greɪtɪd] [tʃi:z] [ænd; ənd][ðə; ði]

Heat	them	through	thoroughly	and	serve	with	grated	cheese	and	the
热	他们	通过	彻底	和	服务	和	磨碎的	奶酪	和	这

['fɑ:loʊɪŋ] [mi:t] [sɔ:s] [pɔ:d] ['oʊvər][ðem; ðəm] :

following	meat	sauce	poured	over	them	:
下列的	肉	酱	倾倒	超过	他们	:

将它们彻底加热，然后撒上磨碎的奶酪，再淋上以下肉酱即可食用：

[mi:t] [sɔ:s]

MEAT	SAUCE
肉	酱

肉酱

[tʃɑ:p] [ʌp][sʌm; səm][hæm][fæt][wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['ʌnjən] , ['seləri] , ['kærət] , [ænd; ənd] ['pɑ:rsli] .

Chop	up	some	ham	fat	with	a	little	onion	,	celery	,	carrot	,	and	parsley	.
劈	向上	一些	火腿	胖的	和	一个	小的	洋葱	,	芹菜	,	胡萝卜	,	和	香菜	.

将一些火腿肥肉切碎，加入少许洋葱、芹菜、胡萝卜和欧芹。

[ˌeɪ di: 'di:][ə; eɪ] [smɔ:l] [pi:s] [ʌv; əv] [bi:f] [ænd; ənd] [kʊk] [ʌn'tɪl] [bi:f] [ɪz] [wel] ['kʌlərd] .

Add	a	small	piece	of	beef	and	cook	until	beef	is	well	colored	.
添加	一个	小的	片	的	牛肉	和	厨师	直到	牛肉	是	出色地	有色	.

加入一小块牛肉，煎至牛肉变色即可。

[ðen] [ˌeɪ di: 'di:][wʌn][ænd; ənd][wʌn] - [hæf] ['teɪbəlˌspu:nz] [ʌv; əv] [red] [waɪn] ([ɔ:r] [waɪt]) , [kʊk] [ʌn'tɪl] [waɪn][ɪz] [əb'zɔ:rbd] ,

Then	add	one	and	one	-	half	tablespoons	of	red	wine	(	or	white	)	,	cook	until	wine	is	absorbed	,
然后	添加	一	和	一	-	一半	汤匙	的	红色的	葡萄酒	(	或者	白色的	)	,	厨师	直到	葡萄酒	是	吸收	,

然后加入一汤匙半红葡萄酒（或白葡萄酒），煮至葡萄酒被吸收。

[ðen] [ˌeɪ di: 'di:][wʌn] ['teɪblspu:n] [ʌv; əv][tə'meɪtoʊ] [peɪst] [daɪ'lu:tɪd][wɪð; wɪθ]['wɔ:tər] , [ɔ:r] [fɔ:r] [freʃ] [tə'meɪtoʊz] ,

then	add	one	tablespoon	of	tomato	paste	diluted	with	water	,	or	four	fresh	tomatoes	,
然后	添加	一	汤匙	的	番茄	粘贴	稀	和	水	,	或者	四	新鲜的	西红柿	,

然后加入一汤匙用水稀释的番茄酱，或者四个新鲜番茄。

[ænd; ənd] [bɔɪl] [ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] .
and **boil** **fifteen** **minutes** **.**
和 熬 十五 分钟 .

煮沸十五分钟。

[fɪʃ]
FISH
鱼

鱼

['kɑːdfɪʃ] " ['ɑːlə] [ˌdʒɑːrdɪ'nɪərə]
CODFISH **"** **ALLA** **GIARDINIERA**
鳕鱼 " 阿拉 腌菜

鳕鱼"ALLA GIARDINIERA"

" [teɪk] [wʌn] [paʊnd] [ʌv; əv] ['sɔːltɪd] ['kɑːdfɪʃ] , [bɔɪl] [ˌaɪ 'tiː] , [rɪ'muːv] [ðə; ði] [skɪn] [ænd; ənd] [boʊnz] ,
" **Take** **one** **pound** **of** **salted** **codfish** **,** **boil** **it** **,** **remove** **the** **skin** **and** **bones** **,**
" 拿 一 磅 的 咸的 鳕鱼 , 熬 它 , 消除 这 皮肤 和 骨头 ,
[ænd; ənd] [ʃred] [ˌaɪ 'tiː] .
and **shred** **it** **.**
和 撕碎 它 .

"取一磅咸鳕鱼，煮熟，去皮去骨，撕成丝。

[ðen] [teɪk] [wʌn] [gʊd] ['kærət] , [wʌn] - [hæf] [ə; eɪ] ['tɜːrnɪp] , [skreɪp] [ðem; ðəm] , [kʌt] [ðem; ðəm] ['ɪntuː]
Then **take** **one** **good** **carrot** **,** **one** **-** **half** **a** **turnip** **,** **scrape** **them** **,** **cut** **them** **into**
然后 拿 一 好的 胡萝卜 , 一 - 一半 一个 芜菁 , 刮 他们 , 切 他们 进入
['slaɪsɪz] ,
slices **,**
切片 ,

然后取一根好胡萝卜，半个芜菁，刮去瓤，切成片，

[ænd; ənd] [bɔɪl] [ðem; ðəm] [fɔːr; fər] [ə; eɪ] [fjuː] ['moʊmənts] .
and **boil** **them** **for** **a** **few** **moments** **.**
和 熬 他们 为了 一个 很少 时刻 .

煮几分钟。

[ðen] [dreɪn] [ɔːf] [ðə; ði] ['wɔːtər] ,
Then **drain** **off** **the** **water** **,**
然后 流走 离开 这 水 ,

然后把水倒掉。

[ænd; ənd] [pʊt] [ðem; ðəm] ['ɪntuː] [ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ] [wʌn] [ænd; ənd] [wʌn] - [hæf] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv]
and **put** **them** **into** **a** **saucepan** **with** **one** **and** **one** **-** **half** **tablespoons** **of**
和 放 他们 进入 一个 平底锅 和 一 和 一 - 一半 汤匙 的
['bʌtər] [ænd; ənd] ['fɪnɪʃ] ['kʊkɪŋ] [ðem; ðəm] ,
butter **and** **finish** **cooking** **them** **,**
黄油 和 结束 烹饪 他们 ,

将它们放入平底锅中，加入一汤匙半黄油，继续烹煮即可。

['ædɪŋ] [frʌm; frəm] [taɪm] [tuː; tə] [taɪm] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər] .
adding **from** **time** **to** **time** **a** **little** **boiling** **water** **.**
添加 从 时间 到 时间 一个 小的 沸腾 水 .

不时加入少量沸水。

[wen] [ðə; ði] ['vedʒtəb(ə)lz] [ɑːr; ər] [kʊkt] [ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] ['kɑːdfɪʃ] , [mɪks] [wel] , [ænd; ənd] [sɜːrv] .
When **the** **vegetables** **are** **cooked** **add** **the** **codfish** **,** **mix** **well** **,** **and** **serve** **.**
什么时候 这 蔬菜 是 煮熟 添加 这 鳕鱼 , 混合 出色地 , 和 服务 .

蔬菜煮熟后加入鳕鱼，拌匀即可食用。

['kɑːdfɪʃ] [wɪð; wɪθ] [eg] [sɔːs]
CODFISH **WITH** **EGG** **SAUCE**
鳕鱼 和 蛋 酱

鳕鱼配蛋黄酱

[teɪk] [wʌn] [paʊnd] [ʌv; əv][sɔːlt] ['kɑːdfɪʃ] .

Take	**one**	**pound**	**of**	**salt**	**codfish**	**.**
拿	一	磅	的	盐	鳕鱼	.

取一磅咸鳕鱼。

[bɔɪl] [ˌaɪ 'tiː][ænd; ənd] [rɪ'muːv] [ðə; ðɪ][skɪn][ænd; ənd][boʊnz] .

Boil	**it**	**and**	**remove**	**the**	**skin**	**and**	**bones**	**.**
熬	它	和	消除	这	皮肤	和	骨头	.

煮熟后去皮去骨。

[ðen] [fraɪ] ['laɪtli] [ɪn] ['bʌtər] , ['ædɪŋ] [tʃɑːpt] - [ʌp] ['pɑːrsli] , [sɔːlt] , [ænd; ənd] ['pepər] .

Then	**fry**	**lightly**	**in**	**butter**	**,**	**adding**	**chopped**	**-**	**up**	**parsley**	**,**	**salt**	**,**	**and**	**pepper**	**.**
然后	炒	轻轻	在	黄油	,	添加	切碎	-	向上	香菜	,	盐	,	和	胡椒	.

然后加入切碎的欧芹、盐和胡椒粉，用黄油轻轻翻炒。

[stɜːr][ə'baʊt] ['kɑːnstəntli] , [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][frʌm; frəm][taɪm][tuː; tə][taɪm][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər] ,

Stir	**about**	**constantly**	**,**	**and**	**add**	**from**	**time**	**to**	**time**	**a**	**little**	**boiling**	**water**	**,**
搅拌	关于	不断地	,	和	添加	从	时间	到	时间	一个	小的	沸腾	水	,

不停搅拌，并不时加入少量沸水。

[ʌn'tɪl][ðə; ðɪ] [fɪʃ] [ɪz] ['θɜːrəli] [kʊkt] .

until	**the**	**fish**	**is**	**thoroughly**	**cooked**	**.**
直到	这	鱼	是	彻底	煮熟	.

直到鱼完全煮熟。

[ðen] [biːt] [ʌp][ðə; ðɪ] [joʊk] [ʌv; əv] [tuː] [egz] [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][ðem; ðəm][wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['flaʊər] ,

Then	**beat**	**up**	**the**	**yolks**	**of**	**two**	**eggs**	**and**	**add**	**them**	**with**	**a**	**little**	**flour**	**,**
然后	打	向上	这	蛋黄	的	二	鸡蛋	和	添加	他们	和	一个	小的	面粉	,

然后将两个鸡蛋的蛋黄打散，加入少许面粉，

[ænd; ənd] [kʊk] [fɔːr; fər][ə; eɪ][fjuː]['moʊmənts] [mɔːr] .

and	**cook**	**for**	**a**	**few**	**moments**	**more**	**.**
和	厨师	为了	一个	很少	时刻	更多的	.

再煮一会儿。

[skwiːz] [ɑːn][sʌm; səm]['lemən][dʒuːs][ænd; ənd] [sɜːrv] .

Squeeze	**on**	**some**	**lemon**	**juice**	**and**	**serve**	**.**
挤	在	一些	柠檬	汁	和	服务	.

挤上一些柠檬汁即可食用。

['kɑːdfɪʃ] " ['ɑːlə] -

CODFISH	**"**	**ALLA**	**MARINAIA**
鳕鱼	"	阿拉	-

鳕鱼“ALLA MARINAIA”

" [teɪk] [wʌn] [paʊnd] [ʌv; əv][sɔːlt] ['kɑːdfɪʃ] .

"	**Take**	**one**	**pound**	**of**	**salt**	**codfish**	**.**
"	拿	一	磅	的	盐	鳕鱼	.

“取一磅咸鳕鱼。”

[bɔɪl] ['slaɪtli] [ʌn'tɪl][juː; jʊ][kæn; kən] [rɪ'muːv] [ðə; ðɪ][skɪn][ænd; ənd][boʊnz] .

Boil	**slightly**	**until**	**you**	**can**	**remove**	**the**	**skin**	**and**	**bones**	**.**
熬	轻微地	直到	你	能	消除	这	皮肤	和	骨头	.

稍微煮一下，直到可以去除皮和骨头为止。

[tʃɑːp] [ʌp] [faɪn] [ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv] ['ʌnjən] , [ænd; ənd] ['pɑːrsli] ,

Chop	**up**	**fine**	**a**	**piece**	**of**	**onion**	**,**	**and**	**parsley**	**,**
劈	向上	美好的	一个	片	的	洋葱	,	和	香菜	,

将一块洋葱和欧芹切碎，

[ænd; ənd][fraɪ][ðem; ðəm][ɪn][ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ] [θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv][best] ['ɑːlɪv] - [ɔɪl] ,

and	**fry**	**them**	**in**	**a**	**saucepan**	**with**	**three**	**tablespoons**	**of**	**best**	**olive**	**-**	**oil**	**,**
和	炒	他们	在	一个	平底锅	和	三	汤匙	的	最好的	橄榄	-	油	,

然后将它们放入平底锅中，加入三汤匙优质橄榄油煎炸。

[ðen] [pʊt][ɪn][ðə; ði] ['kɑ:dfɪʃ] [wɪð; wɪθ][sɔ:lt] , ['pepər] , [ænd; ənd][ə; eɪ] [pɪntʃ] [ʌv; əv]['ɔ:lspaɪs] .

then	put	in	the	codfish	with	salt	,	pepper	,	and	a	pinch	of	allspice	.
然后	放	在	这	鳕鱼	和	盐	,	胡椒	,	和	一个	捏	的	多香果	.

然后放入鳕鱼，加入盐、胡椒粉和少许五香粉。

[waɪl] [ðɪs] [ɪz] ['kʊkɪŋ] , [pʊt]['ɪntu:] [ə'nʌðər] ['sɔ:spæn] [θri:] ['teɪbəlˌspu:nz] [ʌv; əv] [best] ['vɪnɪgər] ,

While	this	is	cooking	,	put	into	another	saucepan	three	tablespoons	of	best	vinegar	,
尽管	这	是	烹饪	,	放	进入	其他	平底锅	三	汤匙	的	最好的	醋	,

在烹煮的同时，在另一个平底锅中倒入三汤匙优质醋。

[tu:] ['teɪbəlˌspu:nz] [ʌv; əv] [fɪʃ] [brɔ:θ] , [ænd; ənd][wʌn] - [hæf] [beɪ] - [li:f] .

two	tablespoons	of	fish	broth	,	and	one	-	half	bay	-	leaf	.
二	汤匙	的	鱼	肉汤	,	和	一	-	一半	湾	-	叶子	.

两汤匙鱼汤，半片月桂叶。

[ˌeɪ di: 'di:][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['flaʊər][tu:; tə] [gɪv] ['bɑ:di][tu:; tə][ðə; ði] [sɔ:s] , [stɜ:r] [wel] , [ðen] [rɪ'mu:v] [ðə; ði]

Add	a	little	flour	to	give	body	to	the	sauce	,	stir	well	,	then	remove	the
添加	一个	小的	面粉	到	给	身体	到	这	酱	,	搅拌	出色地	,	然后	消除	这

[beɪ] - [li:f] ,

bay	-	leaf	,
湾	-	叶子	,

加入少许面粉使酱汁浓稠，搅拌均匀，然后取出香叶。

[ænd; ənd] [teɪk] [ðə; ði] ['sɔ:spæn] [ɔ:f][ðə; ði]['faɪər] .

and	take	the	saucepan	off	the	fire	.
和	拿	这	平底锅	离开	这	火	.

将平底锅从火上移开。

[ə'reɪndʒ] [ðə; ði] ['plætər] [wɪð; wɪθ] ['pi:sɪz] [ʌv; əv] [fraɪd] [bred] [ɪn][ə; eɪ] ['leɪər] [ɑ:n][ðə; ði] ['bɑ:təm] ,

Arrange	the	platter	with	pieces	of	fried	bread	in	a	layer	on	the	bottom	,
安排	这	拼盘	和	件	的	油煎	面包	在	一个	层	在	这	底部	,

在盘子底部铺一层炸面包片，

[ðen] [ðə; ði] ['kɑ:dfɪʃ] , [ænd; ənd] [ðen] [ðə; ði] [sɔ:s] [pɔ:d] ['oʊvər][ˌaɪ 'ti:] .

then	the	codfish	,	and	then	the	sauce	poured	over	it	.
然后	这	鳕鱼	,	和	然后	这	酱	倾倒	超过	它	.

然后是鳕鱼，最后淋上酱汁。

[freʃ] ['kɑ:dfɪʃ] " [ɑ:l]['vi:noʊ][bi:'ɑ:ŋkoʊ]

FRESH	CODFISH	"	AL	VINO	BIANCO
新鲜的	鳕鱼	"	AL	葡萄酒	比安科

新鲜鳕鱼"白葡萄酒"

" [rɪ'mu:v] [ðə; ði] [boʊnz] [frʌm; frəm] [θri:] - ['kwɔ:rtərz][ʌv; əv][ə; eɪ] [paʊnd] [ʌv; əv] [freʃ] ['kɑ:dfɪʃ] .

"	Remove	the	bones	from	three	-	quarters	of	a	pound	of	fresh	codfish	.
"	消除	这	骨头	从	三	-	四分之一	的	一个	磅	的	新鲜的	鳕鱼	.

从四分之三磅新鲜鳕鱼中剔除鱼刺。

[kʌt] ['ɪntu:]['slaɪsɪz]['leŋkθwaɪz; 'leŋθwaɪz] .

Cut	into	slices	lengthwise	.
切	进入	切片	纵向	.

纵向切成片。

['bʌtər] [ə; eɪ] ['beɪkɪŋ] - [dɪʃ] , [pʊt] [ɪn][ðə; ði] [fɪʃ] , [pʊt] [mɔ:r] ['bʌtər] [ɑ:n][tɑ:p][ʌv; əv][ˌaɪ 'ti:] ,

Butter	a	baking	-	dish	,	put	in	the	fish	,	put	more	butter	on	top	of	it	,
黄油	一个	烘烤	-	盘子	,	放	在	这	鱼	,	放	更多的	黄油	在	顶部	的	它	,

在烤盘上抹上黄油，放入鱼，再在鱼上面放上一些黄油。

[sɔ:lt][ænd; ənd] ['pepər] , [ænd; ənd][wʌn] - [hæf] [glæs] [ʌv; əv][draɪ] [waɪt] [waɪn] .

salt	and	pepper	,	and	one	-	half	glass	of	dry	white	wine	.
盐	和	胡椒	,	和	一	-	一半	玻璃	的	干燥	白色的	葡萄酒	.

盐、胡椒粉和半杯干白葡萄酒。

[kʊk] [fɔːr; fər] ['twenti] ['mɪnɪts] [ɪn][ə; eɪ][hɑːt]['ʌv(ə)n] , [ðen] [pleɪs] [ðə; ði] [fɪʃ] [ɑːn][ə; eɪ] ['plætər] ,

Cook	for	twenty	minutes	in	a	hot	oven	,	then	place	the	fish	on	a	platter	,
厨师	为了	二十	分钟	在	一个	热的	烤箱	,	然后	地方	这	鱼	在	一个	拼盘	,

在高温烤箱中烤20分钟，然后将鱼放在盘子上。

[teɪk] [ðə; ði][dʒuːs][left]['oʊvər][ɪn][ðə; ði]['beɪkɪŋ] - [dɪʃ] , [pʊt][ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː][ə; eɪ] ['sɔːspæn] ,

take	the	juice	left	over	in	the	baking	-	dish	,	put	it	into	a	saucepan	,
拿	这	汁	左边	超过	在	这	烘烤	-	盘子	,	放	它	进入	一个	平底锅	,

把烤盘里剩下的汁水倒入平底锅里，

[ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['flaʊər] , [sʌm; səm] [mɔːr] ['bʌtər] , [ænd; ənd][ðə; ði][dʒuːs][ʌv; əv][hæf][ə; eɪ]['lemən] .

add	a	little	flour	,	some	more	butter	,	and	the	juice	of	half	a	lemon	.
添加	一个	小的	面粉	,	一些	更多的	黄油	,	和	这	汁	的	一半	一个	柠檬	.

加入少许面粉、一些黄油和半个柠檬的汁。

[bɪ'fɔːr] ['teɪkɪŋ] [ɔːf][ðə; ði]['faɪər] , [ˌeɪ diː 'diː][sʌm; səm] [tʃɑːpt] - [ʌp] ['pɑːrsli] , [ænd; ənd] [ðen] [pɔːr]

Before	taking	off	the	fire	,	add	some	chopped	-	up	parsley	,	and	then	pour
前	采取	离开	这	火	,	添加	一些	切碎	-	向上	香菜	,	和	然后	倒

[ðə; ði] [sɔːs] ['oʊvər][ðə; ði] [fɪʃ] ,

the	sauce	over	the	fish	,
这	酱	超过	这	鱼	,

关火前，加入一些切碎的欧芹，然后将酱汁淋在鱼上。

[ænd; ənd] [sɜːrv] .

and	serve	.
和	服务	.

上菜。

['kɑːdfɪʃ] [wɪð; wɪθ] [griːn] ['pepərz]

CODFISH	WITH	GREEN	PEPPERS
鳕鱼	和	绿色的	辣椒

绿辣椒鳕鱼

[teɪk] [wʌn] - [hæf] [paʊnd] [ʌv; əv]['sɔːltɪd] ['kɑːdfɪʃ] [wɪtʃ] [hæz; həz] [bɪn] [soʊkt] [tuː; tə] [rɪ'muːv] [ðə; ði]

Take	one	-	half	pound	of	salted	codfish	which	has	been	soaked	to	remove	the
拿	一	-	一半	磅	的	咸的	鳕鱼	哪个	有	到过	浸泡过	到	消除	这

['sɔːltɪnəs] .

saltiness	.
咸味	.

取半磅已经浸泡过以去除咸味的咸鳕鱼。

[rɪ'muːv] [ðə; ði][skɪn][ænd; ənd][boʊnz] , [ænd; ənd][kʌt][ðə; ði] ['kɑːdfɪʃ] ['ɪntuː][smɔːl] [skwer] .

Remove	the	skin	and	bones	,	and	cut	the	codfish	into	small	squares	.
消除	这	皮肤	和	骨头	,	和	切	这	鳕鱼	进入	小的	正方形	.

去除鳕鱼皮和鱼骨，将鳕鱼切成小方块。

[ðen] [dɪp][ˌaɪ 'tiː] [ə'gen] ['ɪntuː] [freʃ] ['wɔːtər] , [ænd; ənd][pʊt][ðə; ði] [skwer] ['ɑːntə][ə; eɪ]['næpkɪn][tuː; tə]

Then	dip	it	again	into	fresh	water	,	and	put	the	squares	onto	a	napkin	to
然后	蘸	它	再次	进入	新鲜的	水	,	和	放	这	正方形	到	一个	餐巾	到

[draɪ] .

dry	.
干燥	.

然后再次浸入清水中，将方块放在餐巾纸上晾干。

[ðə; ði] [fɪʃ] [meɪ] ['iːðər] [biː; bi][left][æz; əz][ˌaɪ 'tiː][ɪz] , [ɔːr] [bɪ'fɔːr] [prə'siːdɪŋ] ,

The	fish	may	either	be	left	as	it	is	,	or	before	proceeding	,
这	鱼	可能	任何一个	是	左边	作为	它	是	,	或者	前	进行中	,

这条鱼可以保持原样，也可以在继续操作之前，

[juː; jʊ] [meɪ] [roʊl][ˌaɪ 'tiː][ɪn]['flaʊər][ænd; ənd][fraɪ][ˌaɪ 'tiː][ɪn][lɑːrd][ɔːr][ɔɪl] .

you	may	roll	it	in	flour	and	fry	it	in	lard	or	oil	.
你	可能	卷	它	在	面粉	和	炒	它	在	猪油	或者	油	.

你可以把它裹上面粉，然后用猪油或植物油煎炸。

[ðen] [teɪk] [tuː] [gʊd] - [saɪzd] [griːn] ['pepərz] , [roʊst] [ðem; ðəm] [ɑːn] [tɑːp] [ʌv; əv] [ðə; ði] [stoʊv] ,

Then	take	two	good	-	sized	green	peppers	,	roast	them	on	top	of	the	stove	,
然后	拿	二	好的	-	尺寸	绿色的	辣椒	,	烤	他们	在	顶部	的	这	火炉	,

然后取两个个头较大的青椒，放在炉子上烤。

[rɪ'muːv] [ðə; ði] [skɪnz] [ænd; ənd] [siːdz] , [wɑːʃ] [ðem; ðəm] , [draɪ] [ðem; ðəm] , [ænd; ənd] [kʌt] [ðem; ðəm] [ɪn] ['nærəʊ] [strɪps] .

remove	the	skins	and	seeds	,	wash	them	,	dry	them	,	and	cut	them	in	narrow	strips	.
消除	这	皮肤	和	种子	,	洗	他们	,	干燥	他们	,	和	切	他们	在	狭窄的	条状物	.

去皮去籽，洗净，晾干，切成细条。

[wen] [ðɪs] [ɪz] [dʌn] [pʊt] [θriː] ['dʒenərəs] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['ɑːlɪv] - [ɔɪl] ['ɪntuː] [ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ] [wʌn] ['ʌnjən] [kʌt] [ʌp] [smɔːl] ,

When	this	is	done	put	three	generous	tablespoons	of	olive	-	oil	into	a	saucepan	with	one	onion	cut	up	small	,
什么时候	这	是	完毕	放	三	慷慨的	汤匙	的	橄榄	-	油	进入	一个	平底锅	和	一	洋葱	切	向上	小的	,

完成后，在平底锅中倒入三大勺橄榄油，放入一个切碎的洋葱。

[ænd; ənd] [fraɪ] [ðə; ði] ['ʌnjən] ['oʊvər] [ə; eɪ] [sloʊ] ['faɪər] .

and	fry	the	onion	over	a	slow	fire	.
和	炒	这	洋葱	超过	一个	慢的	火	.

用小火慢炒洋葱。

[teɪk] [tuː] [bɪg] [tə'meɪtoʊz] , [skɪn] [ðem; ðəm] , [rɪ'muːv] [ðə; ði] [siːdz] [ænd; ənd] [hɑːrd] [pɑːrts] ,

Take	two	big	tomatoes	,	skin	them	,	remove	the	seeds	and	hard	parts	,
拿	二	大的	西红柿	,	皮肤	他们	,	消除	这	种子	和	难的	部分	,

取两个大番茄，去皮，去籽去硬部分，

[ænd; ənd] [kʌt] [ðem; ðəm] ['ɪntuː] [smɔːl] ['piːsɪz] .

and	cut	them	into	small	pieces	.
和	切	他们	进入	小的	件	.

切成小块。

[wen] [ðə; ði] ['ʌnjən] [hæz; həz] ['teɪkən] [ə; eɪ] [gʊd] ['kʌlər] , [ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] [tə'meɪtoʊz] , [ænd; ənd] [kʊk] [ʌn'tɪl] [ðeɪ] ['spʌtər] ,

When	the	onion	has	taken	a	good	color	,	add	the	tomatoes	,	and	cook	until	they	sputter	,
什么时候	这	洋葱	有	已采取	一个	好的	颜色	,	添加	这	西红柿	,	和	厨师	直到	他们	发出嘶嘶声	,

洋葱炒至上色后，加入西红柿，炒至西红柿发出噼啪声。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] ['pepərz] [ænd; ənd] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] [sɔːlt] [ænd; ənd] ['pepər] .

then	add	the	peppers	and	a	little	salt	and	pepper	.
然后	添加	这	辣椒	和	一个	小的	盐	和	胡椒	.

然后加入辣椒和少许盐和胡椒粉。

[ɪf] [ðə; ði] [sɔːs] [ɪz] [tuː] [θɪk] [ˌeɪ diː 'diː] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] ['wɔːtər] .

If	the	sauce	is	too	thick	add	a	little	water	.
如果	这	酱	是	也	厚的	添加	一个	小的	水	.

如果酱汁太稠，可以加一点水。

[wen] [ðə; ði] ['pepərz] [ɑːr; ər] [hæf] [kʊkt] , [ˌeɪ diː 'diː] [sʌm; səm] [tʃɑːpt] - [ʌp] ['pɑːrsli] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['kɑːdfɪʃ] .

When	the	peppers	are	half	cooked	,	add	some	chopped	-	up	parsley	and	the	codfish	.
什么时候	这	辣椒	是	一半	煮熟	,	添加	一些	切碎	-	向上	香菜	和	这	鳕鱼	.

当辣椒煮至半熟时，加入一些切碎的欧芹和鳕鱼。

['kʌvər] [ʌp][ðə; ði] ['sɔ:spæn] [ænd; ənd][let][ˌaɪ 'ti:] ['sɪmər] [ʌn'tɪl][ðə; ði] [fɪʃ] [ɪz] [kʊkt] .

Cover	**up**	**the**	**saucepan**	**and**	**let**	**it**	**simmer**	**until**	**the**	**fish**	**is**	**cooked**	**.**
覆盖	向上	这	平底锅	和	让	它	煨	直到	这	鱼	是	煮熟	.

盖上锅盖，小火慢炖至鱼熟透。

[ðɪs] [dɪʃ] [ɪz]['ɔ:lsoʊ] [gʊd] [koʊld] .

This	**dish**	**is**	**also**	**good**	**cold**	**.**
这	盘子	是	还	好的	寒冷的	.

这道菜冷着吃也很好吃。

['vedʒtəb(ə)lz]

VEGETABLES

蔬菜

蔬菜

['ʌnjənz] " ['ɑ:lə] [pɑ:rmi:dʒi:ænə]

ONIONS	**"**	**ALLA**	**PARMEGIANA**
洋葱	"	阿拉	帕尔马干酪

帕尔马干酪洋葱

" [teɪk] [sɪks] ['ʌnjənz] .

"	**Take**	**six**	**onions**	**.**
"	拿	六	洋葱	.

取六个洋葱。

[teɪk] [aʊt][ðə; ði]['sɛntɚz, 'sɛnɝz][wɪð; wɪθ][æn; ən]['æp(ə)l] - ['kɔ:rər][ænd; ənd] [fɪl] [ðem; ðəm][ʌp][wɪð; wɪθ]

Take	**out**	**the**	**centers**	**with**	**an**	**apple**	**-**	**corer**	**and**	**fill**	**them**	**up**	**with**
拿	出去	这	中心	和	一个	苹果	-	核心器	和	充满	他们	向上	和

[ðə; ði] ['fɑ:loʊɪŋ] ['stʌfɪŋ] :

the	**following**	**stuffing**	**:**
这	下列的	馅	:

用苹果去核器挖出苹果中心，然后填入以下馅料：

[wʌn] ['teɪblspu:n] [ʌv; əv]['greɪtɪd]['pɑ:rməzɑ:nˌ'pɑ:rməzæn] [tʃi:z] [mɪkst] [wɪð; wɪθ] [tu:] [hɑ:rd] - [bɔɪld]

One	**tablespoon**	**of**	**grated**	**Parmesan**	**cheese**	**mixed**	**with**	**two**	**hard**	**-**	**boiled**
一	汤匙	的	磨碎的	帕尔马干酪	奶酪	混合	和	二	难的	-	煮沸

[egz] [ænd; ənd] [tʃɑ:pt] ['pɑ:rsli] .

eggs	**and**	**chopped**	**parsley**	**.**
鸡蛋	和	切碎	香菜	.

一汤匙磨碎的帕玛森奶酪与两个煮熟的鸡蛋和切碎的欧芹混合。

[bɔɪl] [ðem; ðəm][fɜ:rst] , [ðen] [roʊl][ðem; ðəm][ɪn]['flaʊər][ænd; ənd][fraɪ][ðem; ðəm][ɪn]['ɑ:lɪv] - [ɔɪl][ɔ:r] ['bʌtər]

Boil	**them**	**first**	**,**	**then**	**roll**	**them**	**in**	**flour**	**and**	**fry**	**them**	**in**	**olive**	**-**	**oil**	**or**	**butter**
熬	他们	第一的	,	然后	卷	他们	在	面粉	和	炒	他们	在	橄榄	-	油	或者	黄油

.

:

.

先煮熟，然后裹上面粉，用橄榄油或黄油煎炸。

[ðen] [pʊt][ðem; ðəm][ɪn][ə; eɪ] ['beɪkɪŋ] - [dɪʃ] [wɪð; wɪθ][wʌn] - [hæf] ['teɪblspu:n] [ʌv; əv]['greɪtɪd]

Then	**put**	**them**	**in**	**a**	**baking**	**-**	**dish**	**with**	**one**	**-**	**half**	**tablespoon**	**of**	**grated**
然后	放	他们	在	一个	烘烤	-	盘子	和	一	-	一半	汤匙	的	磨碎的

['pɑ:rməzɑ:nˌ'pɑ:rməzæn] [tʃi:z] [ænd; ənd][wʌn] ['teɪblspu:n] [ʌv; əv][meltid] ['bʌtər] .

Parmesan	**cheese**	**and**	**one**	**tablespoon**	**of**	**melted**	**butter**	**.**
帕尔马干酪	奶酪	和	一	汤匙	的	融化	黄油	.

然后将它们放入烤盘中，加入半汤匙磨碎的帕玛森奶酪和一汤匙融化的黄油。

[pʊt][ðem; ðəm][ɪn][ðə; ði]['ʌv(ə)n][ænd; ənd] [beɪk] [ʌn'tɪl]['goʊldən] .

Put	**them**	**in**	**the**	**oven**	**and**	**bake**	**until**	**golden**	**.**
放	他们	在	这	烤箱	和	烤	直到	金的	.

将它们放入烤箱烘烤至金黄色。

['ʌnjənz] " ['ɑ:lə] [ˌveɪnɪ'zi:ənə]
ONIONS **"** **ALLA** **VENEZIANA**
洋葱 " 阿拉 威尼斯

威尼斯风味洋葱

" [teɪk] [sɪks] [smɔ:l] ['ʌnjənz] , [rɪ'mu:v] [ðə; ði]['sɛntɚz, 'sɛnɝz][wɪð; wɪθ][æn; ən]['æp(ə)l] - ['kɔ:rər] .
" **Take** **six** **small** **onions** **,** **remove** **the** **centers** **with** **an** **apple** **-** **corer** **.**
" 拿 六 小的 洋葱 , 消除 这 中心 和 一个 苹果 - 核心器 .

"取六个小洋葱，用苹果去核器去除中心部分。

[bɔɪl][ðem; ðəm][fɔ:r; fər][ə; eɪ][fju:]['moʊmənts] , [dreɪn][ðem; ðəm] , [ænd; ənd] [stʌf] [ðem; ðəm][wɪð; wɪθ]
Boil **them** **for** **a** **few** **moments** **,** **drain** **them** **,** **and** **stuff** **them** **with**
熬 他们 为了 一个 很少 时刻 , 流走 他们 , 和 东西 他们 和
[ðə; ði] ['fɑ:loʊɪŋ] :
the **following** **:**
这 下列的 :

将它们煮一会儿，沥干水分，然后填入以下馅料：

[teɪk] [ə; eɪ] [pi:s] [ʌv; əv] [bred] , [dɪp][ˌaɪ 'ti:][ɪn][mɪlk] , [skwi:z] [aʊt][ðə; ði][mɪlk] ,
Take **a** **piece** **of** **bread** **,** **dip** **it** **in** **milk** **,** **squeeze** **out** **the** **milk** **,**
拿 一个 片 的 面包 , 蘸 它 在 牛奶 , 挤 出去 这 牛奶 ,

取一片面包，蘸上牛奶，挤出牛奶，

[ænd; ənd][mɪks][ðə; ði] [bred] [wɪð; wɪθ][wʌn] ['teɪblspu:n] [ʌv; əv]['greɪtɪd]['pɑ:rməzɑ:nˌ'pɑ:rməzæn] [tʃi:z] ,
and **mix** **the** **bread** **with** **one** **tablespoon** **of** **grated** **Parmesan** **cheese** **,**
和 混合 这 面包 和 一 汤匙 的 磨碎的 帕尔马干酪 奶酪 ,
[ðə; ði] [joʊk] [ʌv; əv] [tu:] [hɑ:rd] - [bɔɪld] [egz] .
the **yolks** **of** **two** **hard** **-** **boiled** **eggs** **.**
这 蛋黄 的 二 难的 - 煮沸 鸡蛋 .

将面包与一汤匙磨碎的帕玛森奶酪和两个煮熟的鸡蛋的蛋黄混合在一起。

[mɪks] [wel] [tə'geðər] , [ðen] [ˌeɪ di: 'di:][sʌm; səm][faɪn] - [tʃɑ:pt] ['pɑ:rsli] , [ə; eɪ] [pɪntʃ] [ʌv; əv] ['ʃʊgər] ,
Mix **well** **together** **,** **then** **add** **some** **fine** **-** **chopped** **parsley** **,** **a** **pinch** **of** **sugar** **,**
混合 出色地 一起 , 然后 添加 一些 美好的 - 切碎 香菜 , 一个 捏 的 糖 ,
[sɔ:lt][ænd; ənd] ['pepər] ,
salt **and** **pepper** **,**
盐 和 胡椒 ,

充分混合后，加入一些切碎的欧芹、少许糖、盐和胡椒粉。

[ænd; ənd][ðə; ði][joʊk][ʌv; əv][wʌn] [rɔ:] [eg] ; [mɪks] [ə'gen] [wel] ,
and **the** **yolk** **of** **one** **raw** **egg** **;** **mix** **again** **well** **,**
和 这 蛋黄 的 一 生的 蛋 ; 混合 再次 出色地 ,

加入一个生鸡蛋的蛋黄；再次搅拌均匀。

[ænd; ənd] [ðen] [stʌf] [ðə; ði] ['ʌnjənz] [wɪð; wɪθ][ðə; ði]['mɪkstʃər] .
and **then** **stuff** **the** **onions** **with** **the** **mixture** **.**
和 然后 东西 这 洋葱 和 这 混合物 .

然后将混合物填入洋葱中。

[ðen] [dɪp][ðem; ðəm][ɪn]['flaʊər][ænd; ənd][ɪn] [eg] , [ænd; ənd][fraɪ][ðem; ðəm][ɪn][lɑ:rd] .
Then **dip** **them** **in** **flour** **and** **in** **egg** **,** **and** **fry** **them** **in** **lard** **.**
然后 蘸 他们 在 面粉 和 在 蛋 , 和 炒 他们 在 猪油 .

然后将它们蘸上面粉和蛋液，再用猪油煎炸。

[pʊt][ðem; ðəm][ɑ:n][ə; eɪ] ['plætər] [ænd; ənd] [sɜ:rv] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ][pi:kwɑ:nteɪ] [sɔ:s] , [meɪd] [æz; əz]
Put **them** **on** **a** **platter** **and** **serve** **with** **a** **piquante** **sauce** **,** **made** **as**
放 他们 在 一个 拼盘 和 服务 和 一个 辛辣的 酱 , 制成 作为
['fɑ:loʊz] :
follows **:**
跟随 :

将它们放在盘子里，配上以下做法的辣酱即可：

[tʃɑːp] [ʌp] [faɪn] [sʌm; səm] ['pɪkəlz] , ['keipəz] , [ænd; ənd] ['pɪkld] ['pepər] , [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][wʌn] - [hæf]

Chop	**up**	**fine**	**some**	**pickles**	**,**	**capers**	**,**	**and**	**pickled**	**pepper**	**,**	**and**	**add**	**one**	**-**	**half**
劈	向上美好的		一些	泡菜	,	刺山柑	,	和	腌制	胡椒	,	和	添加	一	-	一半

[kʌp] [ʌv; əv]['wɔːtər] .

cup	**of**	**water**	**.**
杯子	的	水	.

将一些酸黄瓜、刺山柑和腌辣椒切碎，加入半杯水。

[wen] [ðiːz] [ɑːr; ər] [kʊkt] , [ˌeɪ diː 'diː][wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['bʌtər] [ænd; ənd] [kʊk] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l]

When	**these**	**are**	**cooked**	**,**	**add**	**one**	**tablespoon**	**of**	**butter**	**and**	**cook**	**a**	**little**
什么时候	这些	是	煮熟	,	添加	一	汤匙	的	黄油	和	厨师	一个	小的

[waɪl] [lɔːŋgər] ,

while	**longer**	**,**
尽管	更长	,

这些食材煮熟后，加入一汤匙黄油，再煮一会儿。

[ðen] [pɔːr] ['oʊvər][ðə; ði] ['ʌnjənz] [ænd; ənd] [sɜːrv] .

then	**pour**	**over**	**the**	**onions**	**and**	**serve**	**.**
然后	倒	超过	这	洋葱	和	服务	.

然后淋在洋葱上即可食用。

['liːmə; 'laɪmə] [biːnz] [wɪð; wɪθ][hæm]

LIMA	**BEANS**	**WITH**	**HAM**
利马	豆子	和	火腿

火腿利马豆

[teɪk] [θriː] - ['kwɔːrtərz][ʌv; əv][ə; eɪ] [paʊnd] [ʌv; əv]['liːmə; 'laɪmə] [biːnz] , ['veri] ['tendər] [jʌŋ] [wʌnz] .

Take	**three**	**-**	**quarters**	**of**	**a**	**pound**	**of**	**lima**	**beans**	**,**	**very**	**tender**	**young**	**ones**	**.**
拿	三	-	四分之一	的	一个	磅	的	利马	豆子	,	非常	投标	年轻的	一个	.

取四分之三磅利马豆，要非常嫩的嫩豆。

[pʊt][ðem; ðəm][ɪn] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər][fɔːr; fər][ə'baʊt][faɪv] ['mɪnɪts] [tuː; tə] ['waɪtn] [ðem; ðəm] .

Put	**them**	**in**	**boiling**	**water**	**for**	**about**	**five**	**minutes**	**to**	**whiten**	**them**	**.**
放	他们	在	沸腾	水	为了	关于	五	分钟	到	漂白	他们	.

将它们放入沸水中煮约五分钟使其变白。

[ðen] [pʊt]['ɪntuː][ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wʌn] ['hiːpɪŋ] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['bʌtər] , [sʌm; səm] [tʃɑːpt] ['pɑːrsli]

Then	**put**	**into**	**a**	**saucepan**	**one**	**heaping**	**tablespoon**	**of**	**butter**	**,**	**some**	**chopped**	**parsley**
然后	放	进入	一个	平底锅	一	堆积	汤匙	的	黄油	,	一些	切碎	香菜

,

,

,

然后，在平底锅里放入一大勺黄油和一些切碎的欧芹，

[ænd; ənd][wʌn] [smɔːl] ['ʌnjən] [tʃɑːpt] [ʌp] [faɪn] .

and	**one**	**small**	**onion**	**chopped**	**up**	**fine**	**.**
和	一	小的	洋葱	切碎	向上美好的		.

还有一个切碎的小洋葱。

[wen] [ðə; ði] ['ʌnjən] [ɪz] [fraɪd] , [ˌeɪ diː 'diː] [θriː] ['aʊnsɪz] [ʌv; əv] [rɔː] [hæm] , ['ɔːlsoʊ] [tʃɑːpt] [ʌp] .

When	**the**	**onion**	**is**	**fried**	**,**	**add**	**three**	**ounces**	**of**	**raw**	**ham**	**,**	**also**	**chopped**	**up**	**.**
什么时候	这	洋葱	是	油煎	,	添加	三	盎司	的	生的	火腿	,	还	切碎	向上	.

洋葱炒熟后，加入三盎司切碎的生火腿。

[wen] [ðə; ði][hæm][ɪz] [fraɪd] [pʊt] [ɪn][ðə; ði]['liːmə; 'laɪmə] [biːnz] ,

When	**the**	**ham**	**is**	**fried**	**put**	**in**	**the**	**lima**	**beans**	**,**
什么时候	这	火腿	是	油煎	放	在	这	利马	豆子	,

火腿煎好后，放入利马豆。

[ænd; ənd][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [waɪl] [bɪ'fɔːr] [ðeɪ] [ɑːr; ər] [kʊkt] [ˌeɪ diː 'diː] [tuː] [ɔːr] [θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv]

and	a	little	while	before	they	are	cooked	add	two	or	three	tablespoons	of
和	一个	小的	尽管	前	他们	是	煮熟	添加	二	或者	三	汤匙	的

[stɑːk] .

stock	.
库存	.

在煮熟前不久，加入两到三汤匙高汤。

[sɜːrv] [wɪð; wɪθ][daɪs][ʌv; əv][fraɪd] [bred] .

Serve	with	dice	of	fried	bread	.
服务	和	骰子	的	油煎	面包	.

配炸面包丁食用。

[fraɪd] [skwɑːʃ] , ['pɑːsnips] , ['seləri] , [ænd; ənd] ['mʌʃrʊmz]

FRIED	SQUASH	,	PARSNIPS	,	CELERY	,	AND	MUSHROOMS
油煎	壁球	,	欧防风	,	芹菜	,	和	蘑菇

炸南瓜、欧洲防风草、芹菜和蘑菇

[teɪk] [tuː] [smɔːl] [skwɑːʃ] , [ðə; ði] [smɔːlɪst] [saɪz]['pɑːsəb(ə)l] ; [kʌt] [ɔːf][ðə; ði] [tuː] ['ɛndz] ,

Take	two	small	squash	,	the	smallest	size	possible	;	cut	off	the	two	ends	,
拿	二	小的	壁球	,	这	最小	尺寸	可能的	;	切	离开	这	二	结束	,

取两个小南瓜，越小越好；切掉两端，

[dɪ'vaɪd][ðem; ðəm][ɪn] [tuː] , [ænd; ənd][slaɪs][ðem; ðəm][ɪn][faɪn]['slaɪsɪz]['leŋkθwaɪz; 'leŋθwaɪz] .

divide	them	in	two	,	and	slice	them	in	fine	slices	lengthwise	.
划分	他们	在	二	,	和	片	他们	在	美好的	切片	纵向	.

将它们分成两半，然后纵向切成细丝。

[pʊt][ðem; ðəm][ɪn][æn; ən] ['ɜːrθn] [dɪʃ] [ænd; ənd]['sprɪŋk(ə)l] [wel] [wɪð; wɪθ][sɔːlt] .

Put	them	in	an	earthen	dish	and	sprinkle	well	with	salt	.
放	他们	在	一个	土	盘子	和	撒	出色地	和	盐	.

将它们放入陶盘中，并撒上适量的盐。

[teɪk] [wʌn]['pɑːrsnɪp] , [skreɪp] [ˌaɪ 'tiː] , [wɑːʃ] [ˌaɪ 'tiː] , [ænd; ənd] [bɔɪl][ˌaɪ 'tiː] ['slaɪtli] , [slaɪs][ˌaɪ 'tiː] ,

Take	one	parsnip	,	scrape	it	,	wash	it	,	and	boil	it	slightly	,	slice	it	,
拿	一	欧防风	,	刮	它	,	洗	它	,	和	熬	它	轻微地	,	片	它	,

取一根欧防风，刮去外皮，洗净，稍微煮一下，切片，

[ˌeɪ diː 'diː][ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][ðə; ði] [skwɑːʃ] [wɪð; wɪθ] [mɔːr] [sɔːlt] .

add	it	to	the	squash	with	more	salt	.
添加	它	到	这	壁球	和	更多的	盐	.

把它和更多的盐一起加入南瓜中。

[teɪk] [ðə; ði] [hɑːrt] [ʌv; əv] ['seləri] , [bɔɪl][fɔːr; fər][ə; eɪ]['moʊmənt] , [ænd; ənd][slaɪs][æz; əz][wɪð; wɪθ][ðə; ði]

Take	the	heart	of	celery	,	boil	for	a	moment	,	and	slice	as	with	the
拿	这	心	的	芹菜	,	熬	为了	一个	片刻	,	和	片	作为	和	这

['ʌðər] ['vedʒtəb(ə)lz] .

other	vegetables	.
其他	蔬菜	.

取芹菜芯，煮片刻，然后像处理其他蔬菜一样切片。

['læstli] , [teɪk] [sʌm; səm] ['mʌʃrʊmz] , [nɑːt] ['veri] [lɑːrdʒ][wʌnz] , [kliːn] [ðem; ðəm] , [bɔɪl][ðem; ðəm][ə; eɪ]

Lastly	,	take	some	mushrooms	,	not	very	large	ones	,	clean	them	,	boil	them	a
最后	,	拿	一些	蘑菇	,	不是	非常	大的	一个	,	干净的	他们	,	熬	他们	一个

['moʊmənt] ,

moment	,
片刻	,

最后，取一些蘑菇，不要太大的，洗净，稍微煮一下。

[ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][ðem; ðəm][tuː; tə][ðə; ði][rest] .

and	add	them	to	the	rest	.
和	添加	他们	到	这	休息	.

并将它们添加到其余部分中。

[ðen] [draɪ][ɔːl][ðə; ði]['vedʒtəb(ə)lz][wɪð; wɪθ][ə; eɪ] [kliːn] ['taʊəl] , [mɪks][ðem; ðəm][ɔːl] [tə'geðər] ,

Then	dry	all	the	vegetables	with	a	clean	towel	,	mix	them	all	together	,
然后	干燥	全部	这	蔬菜	和	一个	干净的	毛巾	,	混合	他们	全部	一起	,

然后用干净的毛巾擦干所有蔬菜，将它们混合在一起。

[roʊl][ðem; ðəm] ['θɜːrəli] [ɪn]['flaʊər] , [dɪp][ɪn] [eg] , [ænd; ənd][fraɪ][ɪn][hɑːt][lɑːrd] , ['drɑːpɪŋ] [ðem; ðəm]

roll	them	thoroughly	in	flour	,	dip	in	egg	,	and	fry	in	hot	lard	,	dropping	them
卷	他们	彻底	在	面粉	,	蘸	在	蛋	,	和	炒	在	热的	猪油	,	下降	他们

[ɪn] ['kerləsli] .

in	carelessly	.
在	粗心大意	.

将它们均匀地裹上面粉，蘸上蛋液，然后随意地放入热猪油中炸。

[sɜːrv] [ðem; ðəm][ɪn][ə; eɪ][hɑːt] [dɪʃ] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['næpkɪn]['ʌndər][ðem; ðəm] .

Serve	them	in	a	hot	dish	with	a	napkin	under	them	.
服务	他们	在	一个	热的	盘子	和	一个	餐巾	在下面	他们	.

将它们盛在热盘中，并在盘底下垫上餐巾。

['pʌmpkɪn] " ['ɑːlə] [pɑːrmiːdʒiːænə]

PUMPKIN	"	ALLA	PARMEGIANA
南瓜	"	阿拉	帕尔马干酪

帕尔马干酪南瓜

" [teɪk] [ə; eɪ][slaɪs][ʌv; əv] ['pʌmpkɪn] , [rɪ'muːv] [ðə; ði][raɪnd][ænd; ənd][ðə; ði] [siːdz] , [kʌt]['ɪntuː] [skwer]

"	Take	a	slice	of	pumpkin	,	remove	the	rind	and	the	seeds	,	cut	into	square
"	拿	一个	片	的	南瓜	,	消除	这	果皮	和	这	种子	,	切	进入	正方形

['piːsɪz] ,

pieces	,
件	,

取一片南瓜，去皮去籽，切成方块，

[ænd; ənd] [ðen] [slaɪs] [ðiːz] ['ɪntuː]['slɪvərz][ə'baʊt][ðə; ði] ['θɪknəs] [ʌv; əv][ə; eɪ][ten] - [sent] [piːs] .

and	then	slice	these	into	slivers	about	the	thickness	of	a	ten	-	cent	piece	.
和	然后	片	这些	进入	碎片	关于	这	厚度	的	一个	十	-	中心	片	.

然后将它们切成约十美分硬币厚度的薄片。

[bɔɪl] [ðiːz] [fɔːr; fər][ə; eɪ]['moʊmənt][ɪn]['sɔːltɪd]['wɔːtər] , [dreɪn][ænd; ənd][pʊt][ðem; ðəm]['ɪntuː][ə; eɪ]

Boil	these	for	a	moment	in	salted	water	,	drain	and	put	them	into	a
熬	这些	为了	一个	片刻	在	咸的	水	,	流走	和	放	他们	进入	一个

['sɔːspæn] ,

saucepan	,
平底锅	,

将它们在盐水中煮一会儿，沥干水分，然后放入平底锅中。

[ænd; ənd][fraɪ][ɪn] ['bʌtər] , [wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][sɔːlt][ænd; ənd][ə; eɪ] [pɪntʃ] [ʌv; əv]['ɔːlspaɪs] .

and	fry	in	butter	,	with	a	little	salt	and	a	pinch	of	allspice	.
和	炒	在	黄油	,	和	一个	小的	盐	和	一个	捏	的	多香果	.

用黄油煎，加少许盐和一小撮五香粉。

[sɜːrv] [wɪð; wɪθ]['greɪtɪd]['pɑːrməzɑːnˌpɑːrməzæn] [tʃiːz] [ænd; ənd][meltid] ['bʌtər] .

Serve	with	grated	Parmesan	cheese	and	melted	butter	.
服务	和	磨碎的	帕尔马干酪	奶酪	和	融化	黄油	.

佐以磨碎的帕玛森奶酪和融化的黄油即可食用。

[ɔːr] , [ɪf] [prɪ'fɜːrd] , [wen] [ðə; ði] ['pʌmpkɪn] [ɪz] [fraɪd] , [pʊt] [ˌaɪ 'tiː][ɪn][ə; eɪ] ['beɪkɪŋ] - [dɪʃ] ,

Or	,	if	preferred	,	when	the	pumpkin	is	fried	,	put	it	in	a	baking	-	dish	,
或者	,	如果	首选	,	什么时候	这	南瓜	是	油煎	,	放	它	在	一个	烘烤	-	盘子	,

或者，如果喜欢，可以将南瓜煎好后放入烤盘中。

[ˌeɪ diː 'diː] [θɪn] ['slaɪsɪz][ʌv; əv] [tʃiːz] (['pɑːrməzɑːnˌ'pɑːrməzæn][ɔːr][gru'jerˌgrɪ'jer]) , [ænd; ənd][pʊt][ˌaɪ 'tiː]

add	thin	slices	of	cheese	(	Parmesan	or	Gruyere	)	,	and	put	it
添加	薄的	切片	的	奶酪	(	帕尔马干酪	或者	格鲁耶尔奶酪	)	,	和	放	它

['ɪntuː][ðə; ði]['ʌv(ə)n][ʌn'tɪl] [braʊn] .

into	the	oven	until	browned	.
进入	这	烤箱	直到	棕色	.

加入薄片奶酪（帕玛森奶酪或格鲁耶尔奶酪），放入烤箱烤至金黄色。

[fraɪd] ['pʌmpkɪn]

FRIED	PUMPKIN
油煎	南瓜

炸南瓜

[teɪk] [ə; eɪ][slaɪs][ʌv; əv]['pʌmpkɪn] , [rɪ'muːv] [ðə; ði][raɪnd][ænd; ənd][ðə; ði] [siːdz] .

Take	a	slice	of	pumpkin	,	remove	the	rind	and	the	seeds	.
拿	一个	片	的	南瓜	,	消除	这	果皮	和	这	种子	.

取一片南瓜，去皮去籽。

[kʌt] [ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː] [strɪps] [æz; əz][fɔːr; fər] [frentʃ] [fraɪd] [pə'tetoz] , ['oʊnli]['faɪnər] .

Cut	it	into	strips	as	for	French	fried	potatoes	,	only	finer	.
切	它	进入	条状物	作为	为了	法语	油煎	土豆	,	仅有的	更精细	.

像炸薯条一样切成条状，只是要更细一些。

[roʊl][ɪn]['flaʊər][ænd; ənd][dɪp][ɪn] [eg] , [ænd; ənd][fraɪ][ɪn] ['bɔɪlɪŋ] [lɑːrd][ɔːr]['ɑːlɪv] - [ɔɪl] .

Roll	in	flour	and	dip	in	egg	,	and	fry	in	boiling	lard	or	olive	-	oil	.
卷	在	面粉	和	蘸	在	蛋	,	和	炒	在	沸腾	猪油	或者	橄榄	-	油	.

裹上面粉，蘸上蛋液，然后在沸腾的猪油或橄榄油中煎炸。

[ɪf] [dɪ'zaɪrd] [æz; əz] ['gɑːniʃɪŋ] [fɔːr; fər] [miːt] , [kʌt][ðə; ði] ['pʌmpkɪn] [ɪk'siːdɪŋli] [faɪn] , [roʊl][ɪn]['flaʊər]

If	desired	as	garnishing	for	meat	,	cut	the	pumpkin	exceedingly	fine	,	roll	in	flour
如果	想要的	作为	装饰	为了	肉	,	切	这	南瓜	非常	美好的	,	卷	在	面粉

,

,

,

如果想用南瓜作肉类装饰，将南瓜切成极细的碎末，裹上面粉。

[bʌt; bət][nɑːt][ɪn] [eg] , [ænd; ənd][fraɪ] .

but	not	in	egg	,	and	fry	.
但	不是	在	蛋	,	和	炒	.

但不要用鸡蛋，要煎。

['spɪnɪtʃ] " ['ɑːlə] [rə'mɑːnə]

SPINACH	"	ALLA	ROMANA
菠菜	"	阿拉	罗曼娜

罗马式菠菜

" [kliːn] [ænd; ənd] [prɪ'per] [ðə; ði] ['spɪnɪtʃ] .

"	Clean	and	prepare	the	spinach	.
"	干净的	和	准备	这	菠菜	.

清洗并处理菠菜。

[pʊt][wʌn][paɪnt][ʌv; əv][koʊld]['wɔːtər][wɪð; wɪθ][wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv][sɔːlt][ɑːn][tuː; tə][bɔɪl] ,

Put	one	pint	of	cold	water	with	one	tablespoon	of	salt	on	to	boil	,
放	一	品脱	的	寒冷的	水	和	一	汤匙	的	盐	在	到	熬	,

将一品脱水和一汤匙盐放入锅中煮沸。

[ænd; ənd] [wen] [ˌaɪ 'tiː] [bɔɪlz] [pʊt][ɪn][ðə; ði] ['spɪnɪtʃ] .

and	when	it	boils	put	in	the	spinach	.
和	什么时候	它	沸腾	放	在	这	菠菜	.

水开后放入菠菜。

[wen] [ðə; ði] ['spɪnɪtʃ] [ɪz] [kʊkt] — [ɪn] [ə'baʊt] [ten] ['mɪnɪts] — [dreɪn] [ˌaɪ 'tiː] [ɪn] [ə; eɪ] ['kɑːləndər] ,

When	the	spinach	is	cooked	—	in	about	ten	minutes	—	drain	it	in	a	colander	,
什么时候	这	菠菜	是	煮熟	—	在	关于	十	分钟	—	流走	它	在	一个	滤器	,

菠菜煮熟后（大约需要十分钟），用漏勺沥干水分。

[ænd; ənd] [tɜːrn] ['ɑːntə] [ˌaɪ 'tiː] [ðə; ði] [koʊld] ['wɔːtər] [frʌm; frəm] [ðə; ði] ['fɔːsɪt] [fɔːr; fər] [ə; eɪ] [fjuː] ['moʊmənts] .

and	turn	onto	it	the	cold	water	from	the	faucet	for	a	few	moments	.
和	转动	到	它	这	寒冷的	水	从	这	龙头	为了	一个	很少	时刻	.

然后打开水龙头，让冷水流一会儿。

[ðen] [skwiːz] [aʊt] [ɔːl] [ðə; ði] ['wɔːtər] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [hændz] .

Then	squeeze	out	all	the	water	with	the	hands	.
然后	挤	出去	全部	这	水	和	这	双手	.

然后用手挤出所有水分。

[pʊt] [θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['ɑːlɪv] - [ɔɪl] ['ɪntuː] [ə; eɪ] ['fraɪɪŋ] - [pæn] ; [wen] [ðɪs] [ɪz] ['θɜːrəli] [hɑːt] [ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] ['spɪnɪtʃ] ,

Put	three	tablespoons	of	olive	-	oil	into	a	frying	-	pan	;	when	this	is	thoroughly	hot	add	the	spinach	,
放	三	汤匙	的	橄榄	-	油	进入	一个	煎炸	-	平底锅	;	什么时候	这	是	彻底	热的	添加	这	菠菜	,

在煎锅中倒入三汤匙橄榄油；油热后加入菠菜，

[sɔːlt] , [ænd; ənd] ['pepər] .

salt	,	and	pepper	.
盐	,	和	胡椒	.

盐和胡椒。

[kʊk] [fɔːr; fər] [ə; eɪ] [fjuː] ['moʊmənts] , ['stɜːrɪŋ] [wel] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] [fɔːrk] [ænd; ənd] [spuːn] ,

Cook	for	a	few	moments	,	stirring	well	with	a	fork	and	spoon	,
厨师	为了	一个	很少	时刻	,	搅拌	出色地	和	一个	叉	和	勺子	,

用叉子和勺子搅拌均匀，翻炒片刻。

[soʊ] [ðə; ði] [ɔɪl] [wɪl] ['pɜːrmieɪt] [ðə; ði] ['spɪnɪtʃ] ; [ðen] [sɜːrv] .

so	the	oil	will	permeate	the	spinach	;	then	serve	.
所以	这	油	将要	渗透	这	菠菜	;	然后	服务	.

这样油就能渗入菠菜里；然后就可以上桌了。

[duː] [nɑːt] [tʃɑːp] [ðə; ði] ['spɪnɪtʃ] .

Do	not	chop	the	spinach	.
做	不是	劈	这	菠菜	.

不要切碎菠菜。

['spɪnɪtʃ] [suː'fleɪ]

SPINACH	SOUFFLE
菠菜	舒芙蕾

菠菜舒芙蕾

[wɑːʃ] [ðə; ði] ['spɪnɪtʃ] [ɪn] ['sevrəl] ['wɔːtərz] , [pʊt] [ˌaɪ 'tiː] [ɪn] [ə; eɪ] ['kʌvərd] ['sɔːspæn] [ɑːn] [ə; eɪ] [gʊd] ['faɪər]

Wash	the	spinach	in	several	waters	,	put	it	in	a	covered	saucepan	on	a	good	fire
洗	这	菠菜	在	一些	水	,	放	它	在	一个	涵盖	平底锅	在	一个	好的	火

.

:

.

将菠菜用清水冲洗几遍，放入带盖的平底锅中，用大火煮。

[stɜːr] [naʊ] [ænd; ənd] [ðen] [tuː; tə] [prɪ'vent] ['bɜːrnɪŋ] , [ænd; ənd] ['æftər] [ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] [ˌeɪ diː 'diː] [wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] [sɔːlt] .

Stir	now	and	then	to	prevent	burning	,	and	after	fifteen	minutes	add	one	tablespoon	of	salt	.
搅拌	现在	和	然后	到	防止	燃烧	,	和	后	十五	分钟	添加	一	汤匙	的	盐	.

不时搅拌以防烧焦，15分钟后加入一汤匙盐。

[kʊk] [faɪv] ['mɪnɪts] [mɔːr] ; [dreɪn] [ænd; ənd] [skwiːz] [aʊt] [ðə; ði] ['wɔːtər] .

Cook	**five**	**minutes**	**more**	**;**	**drain**	**and**	**squeeze**	**out**	**the**	**water**	**.**
厨师	五	分钟	更多的	;	流走	和	挤	出去	这	水	.

再煮五分钟；沥干水分并挤干。

[ðen] [tʃɑːp] [ʌp] ['veri] [faɪn] .

Then	**chop**	**up**	**very**	**fine**	**.**
然后	劈	向上	非常	美好的	.

然后切成非常细的碎末。

[pʊt] ['ɪntuː] [ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wʌn] ['dʒenərəs] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['bʌtər] , [θriː] - ['kwɔːrtərz] ['teɪblspuːn]

Put	**into**	**a**	**saucepan**	**one**	**generous**	**tablespoon**	**of**	**butter**	**,**	**three**	**-**	**quarters**	**tablespoon**
放	进入	一个	平底锅	一	慷慨的	汤匙	的	黄油	,	三	-	四分之一	汤匙

[ʌv; əv] ['flaʊər] ,

of	**flour**	**,**
的	面粉	,

在平底锅中放入一大勺黄油、四分之三勺面粉，

[stɜːr] , [ænd; ənd] [wen] [ðeɪ] [ɑːr; ər] [hæf] [kʊkt] , [ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] ['spɪnɪtʃ] [ænd; ənd] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] [sɔːlt]

stir	**,**	**and**	**when**	**they**	**are**	**half**	**cooked**	**,**	**add**	**the**	**spinach**	**and**	**a**	**little**	**salt**
搅拌	,	和	什么时候	他们	是	一半	煮熟	,	添加	这	菠菜	和	一个	小的	盐

[ænd; ənd] ['pepər] .

and	**pepper**	**.**
和	胡椒	.

搅拌，待其半熟时，加入菠菜和少许盐和胡椒粉。

[kʊk] [fɔːr; fər] [faɪv] ['mɪnɪts] , [ðen] [pɔːr] [ɪn] [fɔːr] [ɔːr] [faɪv] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] [kriːm] ,

Cook	**for**	**five**	**minutes**	**,**	**then**	**pour**	**in**	**four**	**or**	**five**	**tablespoons**	**of**	**cream**	**,**
厨师	为了	五	分钟	,	然后	倒	在	四	或者	五	汤匙	的	奶油	,

煮五分钟后，倒入四五汤匙奶油。

['stɜːrɪŋ] ['kɑːnstəntli] [tuː; tə] [prɪ'vent] ['bɜːrnɪŋ] .

stirring	**constantly**	**to**	**prevent**	**burning**	**.**
搅拌	不断地	到	防止	燃烧	.

不断搅拌以防烧焦。

[teɪk] [ə; eɪ] [kʌp] [ʌv; əv] ['spɪnɪtʃ] , [prɪ'perd] [æz; əz] [ə'bʌv] , [biːt] [ʌp] [ðə; ði] [joʊk] [ʌv; əv] [wʌn] [eg] ,

Take	**a**	**cup**	**of**	**spinach**	**,**	**prepared**	**as**	**above**	**,**	**beat**	**up**	**the**	**yolk**	**of**	**one**	**egg**	**,**
拿	一个	杯子	的	菠菜	,	准备	作为	多于	,	打	向上	这	蛋黄	的	一	蛋	,

取一杯按上述方法处理过的菠菜，打散一个鸡蛋的蛋黄，

[mɪks] [ˌaɪ 'tiː] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['spɪnɪtʃ] , [ænd; ənd] [stɜːr] ['oʊvər] [ðə; ði] ['faɪər] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] [eg] [ɪz] [set] ;

mix	**it**	**with**	**the**	**spinach**	**,**	**and**	**stir**	**over**	**the**	**fire**	**until**	**the**	**egg**	**is**	**set**	**;**
混合	它	和	这	菠菜	,	和	搅拌	超过	这	火	直到	这	蛋	是	放	;

将其与菠菜混合，在火上搅拌至鸡蛋凝固；

[ðen] [let] [ˌaɪ 'tiː] [kuːl] , [ænd; ənd] [bɪ'fɔːr] ['sɜːrvɪŋ] [stɜːr] [ðə; ði] [wel] - ['biːtn] [waɪts] [ʌv; əv] [θriː] [egz]

then	**let**	**it**	**cool**	**,**	**and**	**before**	**serving**	**stir**	**the**	**well**	**-**	**beaten**	**whites**	**of**	**three**	**eggs**
然后	让	它	凉爽的	,	和	前	服务	搅拌	这	出色地	-	被打败	白人	的	三	鸡蛋

['laɪtli] ['ɪntuː] [ˌaɪ 'tiː] .

lightly	**into**	**it**	**.**
轻轻	进入	它	.

然后让它冷却，上菜前轻轻地将三个打发的蛋清拌入其中。

[fɪl] ['tʃaɪnə] [kʌps] [ɔːr] ['bʌtərd] ['pepər] [fɔːrmz] [hæf] [fʊl] ,

Fill	**china**	**cups**	**or**	**buttered**	**papered**	**forms**	**half**	**full**	**,**
充满	中国	杯子	或者	涂黄油的	纸质的	表格	一半	满的	,

将瓷杯或涂了黄油的纸杯盛半满，

[pʊt] [ðem; ðəm] ['ɪntuː] [ə; eɪ] [hɑːt] ['ʌv(ə)n] [fɔːr; fər] [ten] [ɔːr] [ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] , [ænd; ənd] [sɜːrv] [æt; ət] [wʌns] .

put	**them**	**into**	**a**	**hot**	**oven**	**for**	**ten**	**or**	**fifteen**	**minutes**	**,**	**and**	**serve**	**at**	**once**	**.**
放	他们	进入	一个	热的	烤箱	为了	十	或者	十五	分钟	,	和	服务	在	一次	.

将它们放入热烤箱中烤10到15分钟，然后立即食用。

[ɪf] [tuː] ['lɪt(ə)l] [beɪkt] [ɔːr][nɑːt] [sɜːrvd] [æt; ət][wʌns] , [ðə; ði] [suː'fleɪ] [wɪl] [biː; bi] [spɔɪld] .

If	too	little	baked	or	not	served	at	once	,	the	souffle	will	be	spoiled	.
如果	也	小的	烘焙	或者	不是	服务	在	一次	,	这	舒芙蕾	将要	是	被宠坏了	.

如果烘烤时间过短或没有立即食用，舒芙蕾就会变质。

['spɪnɪtʃ] " [ɪn] [rɪ'tʃiːoʊli]

SPINACH	"	IN	RICCIOLI
菠菜	"	在	里乔利

菠菜烩饭

" [bɔɪl] [ðə; ði] ['spɪnɪtʃ] [ænd; ənd] [pæs] [ˌaɪ 'tiː] [θruː] [ə; eɪ] [faɪn] ['kɑːləndər] .

"	Boil	the	spinach	and	pass	it	through	a	fine	colander	.
"	熬	这	菠菜	和	经过	它	通过	一个	美好的	滤器	.

将菠菜煮熟，然后用细筛过滤。

[biːt] [ʌp] [tuː] [egz] , [ˌeɪ diː 'diː][sɔːlt][ænd; ənd] ['pepər] ,

Beat	up	two	eggs	,	add	salt	and	pepper	,
打	向上	二	鸡蛋	,	添加	盐	和	胡椒	,

将两个鸡蛋打散，加入盐和胡椒粉，

[ænd; ənd][mɪks] [ɪ'nʌf] ['spɪnɪtʃ] ['ɪntuː][ðem; ðəm][tuː; tə] [meɪk] [ðem; ðəm] [griːn] .

and	mix	enough	spinach	into	them	to	make	them	green	.
和	混合	足够的	菠菜	进入	他们	到	制作	他们	绿色的	.

加入足够的菠菜，使它们变成绿色。

[pʊt][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['ɑːlɪv] - [ɔɪl]['ɪntuː][ə; eɪ]['fraɪɪŋ] - [pæn] , [ænd; ənd] [wen] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['θɜːrəli] ['hiːtɪd] (

Put	a	little	olive	-	oil	into	a	frying	-	pan	,	and	when	it	is	thoroughly	heated	(
放	一个	小的	橄榄	-	油	进入	一个	煎炸	-	平底锅	,	和	什么时候	它	是	彻底	加热	(

[bʌt; bət][nɑːt] ['bɔɪlɪŋ]) ,

but	not	boiling	)	,
但	不是	沸腾	)	,

在煎锅里倒入少许橄榄油，待其充分加热（但不要煮沸）后，

[pɔːr] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][ʌv; əv][ðə; ði] [eg] ,

pour	a	little	of	the	egg	,
倒	一个	小的	的	这	蛋	,

倒一点蛋液，

['tɜːrnɪŋ] [ðə; ði][pæn][ə'baʊt][soʊ] [ðæt] [ðə; ði]['pænkeɪk] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi][æz; əz] [θɪn] [æz; əz][ə; eɪ] [piːs]

turning	the	pan	about	so	that	the	pancake	should	be	as	thin	as	a	piece
转弯	这	平底锅	关于	所以	那	这	饼子	应该	是	作为	薄的	作为	一个	片

[ʌv; əv]['peɪpər][ænd; ənd][draɪ] .

of	paper	and	dry	.
的	纸	和	干燥	.

将平底锅翻转，使煎饼薄如纸片且干燥。

[tɔːs] [ɪf] ['nesəseri] .

Toss	if	necessary	.
折腾	如果	必要的	.

必要时丢弃。

[teɪk] [ˌaɪ 'tiː][aʊt] ; [rɪ'piːt] [wɪð; wɪθ][ðə; ði][rest][ʌv; əv][ðə; ði] [eg] .

Take	it	out	;	repeat	with	the	rest	of	the	egg	.
拿	它	出去	;	重复	和	这	休息	的	这	蛋	.

取出；重复以上步骤处理剩下的鸡蛋。

[ðen] [teɪk] [ðə; ði]['pænkeɪks] , [pleɪs] [ðem; ðəm][wʌn][ɑːn][tɑːp][ʌv; əv][ðə; ði] ['ʌðər] ,

Then	take	the	pancakes	,	place	them	one	on	top	of	the	other	,
然后	拿	这	煎饼	,	地方	他们	一	在	顶部	的	这	其他	,

然后把煎饼一个接一个地叠起来，

[ænd; ənd] [kʌt] [ðem; ðəm] ['ɪntuː] ['piːsɪz] [ðə; ði] [wɪdθ; wɪtθ] [ʌv; əv] [ə; eɪ] ['fɪŋgər] [ænd; ənd] [ə'baʊt] [tuː] [ɪntʃɪz]

and	cut	them	into	pieces	the	width	of	a	finger	and	about	two	inches
和	切	他们	进入	件	这	宽度	的	一个	手指	和	关于	二	英寸

[lɔːŋ] .

long	.
长的	.

将它们切成手指粗细、两英寸长的小段。

[fraɪ] [ðem; ðəm] [ɪn] ['bʌtər] , [ænd; ənd] [greɪt] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] ['pɑːrməzɑːn,'pɑːrməzæn] [tʃiːz] ['oʊvər] [ðem; ðəm]

Fry	them	in	butter	,	and	grate	a	little	Parmesan	cheese	over	them
炒	他们	在	黄油	,	和	格特	一个	小的	帕尔马干酪	奶酪	超过	他们

.

:
.

用黄油煎炸，然后在上面刨一些帕玛森奶酪碎。

[ðeɪ] [meɪk] [ə; eɪ] ['veri] [naɪs] ['gɑːrnɪʃ] .

They	make	a	very	nice	garnish	.
他们	制作	一个	非常	好的	装饰	.

它们是很好的装饰食材。

['spɪnɪtʃ] [ɪn] [ə; eɪ] [moʊld] [wɪð; wɪθ] ['mʌʃrʊmz]

SPINACH	IN	A	MOLD	WITH	MUSHROOMS
菠菜	在	一个	模具	和	蘑菇

菠菜蘑菇模具

[bɔɪl] [ðə; ði] ['spɪnɪtʃ] [fɔːr; fər] [ə; eɪ] [fjuː] ['moʊmənts] , [dreɪn] , [skwiːz] [aʊt] [ðə; ði] ['wɔːtər] , [ðen] [paʊnd]

Boil	the	spinach	for	a	few	moments	,	drain	,	squeeze	out	the	water	,	then	pound
熬	这	菠菜	为了	一个	很少	时刻	,	流走	,	挤	出去	这	水	,	然后	磅

[ˌaɪ 'tiː] [wel] ,

it	well	,
它	出色地	,

将菠菜焯水片刻，沥干水分，挤干水分，然后捣碎。

[ænd; ənd] [pæs] [ˌaɪ 'tiː] [θruː] [ə; eɪ] [faɪn] ['kɑːləndər] .

and	pass	it	through	a	fine	colander	.
和	经过	它	通过	一个	美好的	滤器	.

然后用细筛过滤。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

简易意大利烹饪(Simple Italian Cookery)
第3/3页

[pʊt] [ˌaɪ ˈtiː] [ˈɪntuː] [ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] [lʌmp] [ʌv; əv] ['bʌtər] [ænd; ənd] [ə; eɪ] [fjuː] [drɑːps] [ʌv; əv]

Put	it	into	a	saucepan	with	a	lump	of	butter	and	a	few	drops	of
放	它	进入	一个	平底锅	和	一个	块	的	黄油	和	一个	很少	滴	的

['leмən] [dʒuːs] .

lemon	juice	.
柠檬	汁	.

把它放入平底锅中，加入一小块黄油和几滴柠檬汁。

[let] [ˌaɪ ˈtiː] [bɔɪl] [fɔːr; fər] [ə; eɪ] [fjuː] ['moʊmənts] ,

Let	it	boil	for	a	few	moments	,
让	它	熬	为了	一个	很少	时刻	,

让它煮沸片刻。

[ðen] [tɜːrn] [ˌaɪ ˈtiː] [ˈɪntuː] [ə; eɪ] [dɪʃ] [ænd; ənd] [əˈlaʊ] [ˌaɪ ˈtiː] [tuː; tə] [kuːl] .

then	turn	it	into	a	dish	and	allow	it	to	cool	.
然后	转动	它	进入	一个	盘子	和	允许	它	到	凉爽的	.

然后把它装盘，放凉。

[wen] [koʊld] [mɪks] [wɪð; wɪθ] [ˌaɪ ˈtiː] [ðə; ði] ['biːtn] - [ʌp] [joʊk] [ʌv; əv] [tuː] [egz] .

When	cold	mix	with	it	the	beaten	-	up	yolks	of	two	eggs	.
什么时候	寒冷的	混合	和	它	这	被打败	-	向上	蛋黄	的	二	鸡蛋	.

冷却后，与打散的两个鸡蛋的蛋黄混合。

[pʊt] [ðem; ðəm] ['ɪntuː] [ə; eɪ] ['bʌtərd] [moʊld] , ['liːvɪŋ] [æn; ən] ['empti] [speɪs] [ɪn] [ðə; ði] ['mɪd(ə)l] .

Put	them	into	a	buttered	mold	,	leaving	an	empty	space	in	the	middle	.
放	他们	进入	一个	涂黄油的	模具	,	离开	一个	空的	空间	在	这	中间	.

将它们放入涂了黄油的模具中，中间留出空隙。

[beɪk] [ɪn] [ə; eɪ] [sloʊ] ['ʌv(ə)n] [fɔːr; fər] [əˈbaʊt] [æn; ən] ['aʊər] .

Bake	in	a	slow	oven	for	about	an	hour	.
烤	在	一个	慢的	烤箱	为了	关于	一个	小时	.

用低温烤箱烘烤约一小时。

[wen] [kʊkt] [tɜːrn] [ˌaɪ ˈtiː] [aʊt] ['ɑːntə] [ə; eɪ] [dɪʃ] , [ænd; ənd] [fɪl] [ʌp] [ðə; ði] ['empti] [speɪs] [wɪð; wɪθ]

When	cooked	turn	it	out	onto	a	dish	,	and	fill	up	the	empty	space	with
什么时候	煮熟	转动	它	出去	到	一个	盘子	,	和	充满	向上	这	空的	空间	和

['mʌʃrʊmz] ,

mushrooms	,
蘑菇	,

煮熟后将其倒扣在盘子上，然后用蘑菇填满空隙。

[wɪtʃ] [juː; jʊ] [hæv; həv] [prɪ'perd] [æz; əz] ['fɑːloʊz] :

which	you	have	prepared	as	follows	:
哪个	你	有	准备	作为	跟随	:

您已按如下方式准备:

[wɑːʃ] [ænd; ənd] [kliːn] [ə; eɪ] [sə'fɪʃ(ə)nt] ['kwɑːntəti] [ʌv; əv] ['mʌʃrʊmz] [ænd; ənd] [pʊt] [ðem; ðəm] ['ɪntuː]

Wash	and	clean	a	sufficient	quantity	of	mushrooms	and	put	them	into
洗	和	干净的	一个	充足的	数量	的	蘑菇	和	放	他们	进入

[ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] [gʊd] - [saɪzd] [lʌmp] [ʌv; əv] ['bʌtər] ,

a	saucepan	with	a	good	-	sized	lump	of	butter	,
一个	平底锅	和	一个	好的	-	尺寸	块	的	黄油	,

将足够数量的蘑菇洗净，放入平底锅中，加入一大块黄油。

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['flaʊər] , [sɔ:lt] , [ænd; ənd] ['pepər] .

a	little	flour	,	salt	,	and	pepper	.
一个	小的	面粉	,	盐	,	和	胡椒	.

少许面粉、盐和胡椒粉。

[kʊk] ['oʊvər][ə; eɪ][brɪsk]['faɪər][fɔ:r; fər][ten] ['mɪnɪts] .

Cook	over	a	brisk	fire	for	ten	minutes	.
厨师	超过	一个	轻快	火	为了	十	分钟	.

用旺火烤十分钟。

['mɔɪs(ə)n] [wel] [wɪð; wɪθ] ['tʃɪkɪn] [brɔ:θ] [ɔ:r] [stɑ:k] , [ænd; ənd][ˌeɪ di: 'di:][sʌm; səm] [ru:] [meɪd] [æz; əz]

Moisten	well	with	chicken	broth	or	stock	,	and	add	some	roux	made	as
濡	出色地	和	鸡	肉汤	或者	库存	,	和	添加	一些	鲁	制成	作为

['fɑ:loʊz] :

follows	:
跟随	:

用鸡汤或高汤充分润湿，然后加入一些按以下方法制作的面糊：

[pʊt][wʌn] ['teɪblspu:n] [ʌv; əv]['flaʊər][ænd; ənd][wʌn][ʌv; əv] ['bʌtər] ['ɪntu:][ə; eɪ] ['sɔ:spæn] ,

Put	one	tablespoon	of	flour	and	one	of	butter	into	a	saucepan	,
放	一	汤匙	的	面粉	和	一	的	黄油	进入	一个	平底锅	,

将一汤匙面粉和一汤匙黄油放入平底锅中，

[ænd; ənd] [kʊk] [ʌn'tɪl][ðə; ði]['flaʊər][hæz; həz][lɔ:st][ɔ:l] [rɔ:] [teɪst] .

and	cook	until	the	flour	has	lost	all	raw	taste	.
和	厨师	直到	这	面粉	有	丢失的	全部	生的	品尝	.

煮至面粉完全没有生味为止。

[ðen] [ˌeɪ di: 'di:] [stɑ:k] [ɔ:r][mɪlk][æz; əz] [dɪ'zaɪrd] ,

Then	add	stock	or	milk	as	desired	,
然后	添加	库存	或者	牛奶	作为	想要的	,

然后根据需要加入高汤或牛奶。

['sloʊli] — [wʌn][kʌp][fɔ:r; fər] ['evri] ['teɪblspu:n] [ʌv; əv] ['bʌtər] [ɔ:r]['flaʊər] — [ænd; ənd][stɜ:r][ʌn'tɪl] [smu:ð] .

slowly	—	one	cup	for	every	tablespoon	of	butter	or	flour	—	and	stir	until	smooth	.
缓慢地	—	一	杯子	为了	每一个	汤匙	的	黄油	或者	面粉	—	和	搅拌	直到	光滑的	.

慢慢地——每汤匙黄油或面粉配一杯——搅拌至顺滑。

[skwi:z] [ðə; ði][dʒu:s][ʌv; əv][hæf][ə; eɪ]['lemən][ɑ:n][ðə; ði] ['mʌʃrʊmz] ,

Squeeze	the	juice	of	half	a	lemon	on	the	mushrooms	,
挤	这	汁	的	一半	一个	柠檬	在	这	蘑菇	,

将半个柠檬的汁挤在蘑菇上，

[pʊt][ðem; ðəm][wɪð; wɪθ][ðer; ðər] [sɔ:s] ['ɪntu:][ðə; ði] ['spɪnɪtʃ] , [ænd; ənd] [sɜ:rv] .

put	them	with	their	sauce	into	the	spinach	,	and	serve	.
放	他们	和	他们的	酱	进入	这	菠菜	,	和	服务	.

将它们连同酱汁一起放入菠菜中，即可食用。

[flæn,flɑ:n][ʌv; əv] ['vedʒtəb(ə)lz]

FLAN	OF	VEGETABLES
焦糖布丁	的	蔬菜

蔬菜馅饼

[wɑ:ʃ] , [tʃɑ:p] [ʌp] [faɪn] , [ænd; ənd][bɔɪl] ['sevrəl] ['vedʒtəb(ə)lz] , [ə; eɪ][pə'teɪtoʊ] , [sʌm; səm] ['spɪnɪtʃ] , [ə; eɪ] ['kærət] ,

Wash	,	chop	up	fine	,	and	boil	several	vegetables	,	a	potato	,	some	spinach	,	a	carrot	,
洗	,	劈	向上	美好的	,	和	熬	一些	蔬菜	,	一个	土豆	,	一些	菠菜	,	一个	胡萝卜	,

洗净、切碎几种蔬菜，加一个土豆、一些菠菜和一根胡萝卜，煮熟。

[ænd; ənd][ə; eɪ][smɔːl] [biːt] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . , [ðen] [bɔɪl][ðem; ðəm][ə'gen][ɪn][ə; eɪ] ['sɔːspæn]

and	a	small	beet	,	etc	.	,	then	boil	them	again	in	a	saucepan
和	一个	小的	甜菜	,	ETC	.	,	然后	熬	他们	再次	在	一个	平底锅

[wɪð; wɪθ][sʌm; səm] [stɑːk] ;

with	some	stock	;
和	一些	库存	;

再加入一小块甜菜根等，然后用一些高汤将它们再次放入平底锅中煮沸；

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ][hæf][ə; eɪ][kʌp][ʌv; əv] [kriːm] [ɔːr][mɪlk] , [stɜːr] [wel] [tə'geðər] ,

then	add	a	half	a	cup	of	cream	or	milk	,	stir	well	together	,
然后	添加	一个	一半	一个	杯子	的	奶油	或者	牛奶	,	搅拌	出色地	一起	,

然后加入半杯奶油或牛奶，搅拌均匀。

[teɪk] [ðem; ðəm] [ɔːf][ðə; ði][stoʊv] , [ænd; ənd][let][ðem; ðəm] [kuːl] .

take	them	off	the	stove	,	and	let	them	cool	.
拿	他们	离开	这	火炉	,	和	让	他们	凉爽的	.

把它们从炉子上拿下来，让它们冷却。

[wen] [kuːl] [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] [joʊk] [ʌv; əv] [tuː] [egz] , [sʌm; səm]['greɪtɪd] [tʃiːz] ,

When	cool	add	the	yolks	of	two	eggs	,	some	grated	cheese	,
什么时候	凉爽的	添加	这	蛋黄	的	二	鸡蛋	,	一些	磨碎的	奶酪	,

冷却后加入两个蛋黄和一些磨碎的奶酪，

[ænd; ənd][ðə; ði] [waɪts] [ʌv; əv][ðə; ði] [egz] ['biːtn] [ʌp] .

and	the	whites	of	the	eggs	beaten	up	.
和	这	白人	的	这	鸡蛋	被打败	向上	.

以及打散的蛋白。

[pʊt][ðə; ði]['vedʒtəb(ə)lz]['ɪntuː][ə; eɪ][moʊld] [wɪtʃ] [hæz; həz] [bɪn] [wel] ['bʌtərd] [ænd; ənd][laɪnd][wɪð; wɪθ]

Put	the	vegetables	into	a	mold	which	has	been	well	buttered	and	lined	with
放	这	蔬菜	进入	一个	模具	哪个	有	到过	出色地	涂黄油的	和	衬里	和

[bred] [krʌmz] ,

bread	crumbs	,
面包	面包屑	,

将蔬菜放入涂抹了黄油并铺有面包屑的模具中。

[ænd; ənd] [kʊk] [ɪn][ðə; ði]['ʌv(ə)n] .

and	cook	in	the	oven	.
和	厨师	在	这	烤箱	.

然后在烤箱里烤熟。

['letɪs] [ɪn][ðə; ði]['ʌv(ə)n]

LETTUCE	IN	THE	OVEN
莴苣	在	这	烤箱

烤箱里的生菜

[teɪk] ['sevrəl] [jʌŋ] ['letɪsɪz] , [wɑːʃ] [ðem; ðəm][ænd; ənd] [rɪ'muːv] [ðer; ðər] ['wɪltɪd] [liːvz] , [taɪ][ðə; ði]

Take	several	young	lettuces	,	wash	them	and	remove	their	wilted	leaves	,	tie	the
拿	一些	年轻的	生菜	,	洗	他们	和	消除	他们的	枯萎的	树叶	,	领带	这

[tɑːps] [tə'geðər] ,

tops	together	,
最高额	一起	,

取几棵嫩生菜，洗净，去掉枯萎的叶子，把菜叶捆在一起。

[ænd; ənd] [leɪ] [ðə; ði] ['letɪsɪz] [saɪd][baɪ][saɪd][ɪn][ə; eɪ] ['beɪkɪŋ] - [pæn][ænd; ənd] [pɔːr] [ɪn][wʌn][ænd; ənd]

and	lay	the	lettuces	side	by	side	in	a	baking	-	pan	and	pour	in	one	and
和	躺	这	生菜	边	经过	边	在	一个	烘烤	-	平底锅	和	倒	在	一	和

[wʌn] - [hæf] [ɪntʃɪz] [ʌv; əv] [stɑːk] .

one	-	half	inches	of	stock	.
一	-	一半	英寸	的	库存	.

将生菜并排放在烤盘中，倒入一英寸半的肉汤。

['kʌvər] [ðə; ði][pæn] , [ænd; ənd][pʊt][ˌaɪ 'tiː][ɪn][ə; eɪ] ['mɑːdərət] ['ʌv(ə)n][fɔːr; fər][wʌn] - [hæf][æn; ən]['aʊər] ,

Cover	**the**	**pan**	**,**	**and**	**put**	**it**	**in**	**a**	**moderate**	**oven**	**for**	**one**	**-**	**half**	**an**	**hour**	**,**
覆盖	这	平底锅	,	和	放	它	在	一个	缓和	烤箱	为了	一	-	一半	一个	小时	,

盖上锅盖，放入中等温度的烤箱烤半小时。

['ædɪŋ] [stɑːk] [wen] ['nesəseri] .

adding	**stock**	**when**	**necessary**	**.**
添加	库存	什么时候	必要的	.

必要时补充库存。

[pleɪs] [ə; eɪ][fɔːrk]['ʌndər][ðə; ði]['mɪd(ə)l][ʌv; əv] [iːtʃ] ['letɪs] , [reɪz] [ænd; ənd][dreɪn] ,

Place	**a**	**fork**	**under**	**the**	**middle**	**of**	**each**	**lettuce**	**,**	**raise**	**and**	**drain**	**,**
地方	一个	叉	在下面	这	中间	的	每个	莴苣	,	增加	和	流走	,

用叉子在每颗生菜的中间插上叉子，提起并沥干水分。

[ænd; ənd] [leɪ] [ðem; ðəm] ['dʌbld] [ʌp][ɑːn][ə; eɪ][hɑːt] [dɪʃ] .

and	**lay**	**them**	**doubled**	**up**	**on**	**a**	**hot**	**dish**	**.**
和	躺	他们	双倍	向上	在	一个	热的	盘子	.

将它们对折后放在热盘上。

['siːz(ə)n][ðə; ði]['greɪvi][ɪn][ðə; ði][pæn][wɪð; wɪθ] ['bʌtər] , [sɔːlt] , [ænd; ənd] ['pepər] , ['θɪkən] [wɪð; wɪθ][wʌn]

Season	**the**	**gravy**	**in**	**the**	**pan**	**with**	**butter**	**,**	**salt**	**,**	**and**	**pepper**	**,**	**thicken**	**with**	**one**
季节	这	肉汁	在	这	平底锅	和	黄油	,	盐	,	和	胡椒	,	加厚	和	一

['biːtn] [eg] ,

beaten	**egg**	**,**
被打败	蛋	,

在锅里用黄油、盐和胡椒粉给肉汁调味，加入一个打散的鸡蛋勾芡。

[ænd; ənd] [pɔːr] [ˌaɪ 'tiː]['oʊvər][ðə; ði] ['letɪs] .

and	**pour**	**it**	**over**	**the**	**lettuce**	**.**
和	倒	它	超过	这	莴苣	.

然后把它浇在生菜上。

[sɜːrv] [hɑːt] .

Serve	**hot**	**.**
服务	热的	.

趁热食用。

['kjuːkʌmbərz] " ['ɑːlə] [təus'kɑːnə; tɔːs'kɑːnɑː]

CUCUMBERS	**"**	**ALLA**	**TOSCANA**
黄瓜	"	阿拉	托斯卡纳

托斯卡纳风味黄瓜

" [piːl] [ænd; ənd] [blæntʃ] [θriː] [ɔːr] [fɔːr] ['kjuːkʌmbərz][ɪn] ['bɔɪlɪŋ] ['sɔːltɪd]['wɔːtər][fɔːr; fər][faɪv] ['mɪnɪts] .

"	**Peel**	**and**	**blanch**	**three**	**or**	**four**	**cucumbers**	**in**	**boiling**	**salted**	**water**	**for**	**five**	**minutes**	**.**
"	果皮	和	焯水	三	或者	四	黄瓜	在	沸腾	咸的	水	为了	五	分钟	.

将三四根黄瓜去皮，放入沸腾的盐水中焯烫五分钟。

[dreɪn] [ænd; ənd] [kʌt] [ðem; ðəm]['ɪntuː] ['piːsɪz] [wʌn] [ɪntʃ] [θɪk] [ænd; ənd][pʊt][ðem; ðəm]['ɪntuː][ə; eɪ] ['fraɪɪŋ]

Drain	**and**	**cut**	**them**	**into**	**pieces**	**one**	**inch**	**thick**	**and**	**put**	**them**	**into**	**a**	**frying**
流走	和	切	他们	进入	件	一	英寸	厚的	和	放	他们	进入	一个	煎炸

- [pæn][wɪð; wɪθ][wʌn] [aʊns] [ʌv; əv] ['bʌtər] ,

-	**pan**	**with**	**one**	**ounce**	**of**	**butter**	**,**
-	平底锅	和	一	盎司	的	黄油	,

沥干水分，切成一英寸厚的块，放入煎锅中，加入一盎司黄油。

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['flaʊər] , [ænd; ənd][wʌn] - [hæf][paɪnt][ʌv; əv] [viːl] [brɔːθ] , [stɜːr] [wel] , [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː]

a	**little**	**flour**	**,**	**and**	**one**	**-**	**half**	**pint**	**of**	**veal**	**broth**	**,**	**stir**	**well**	**,**	**and**	**add**
一个	小的	面粉	,	和	一	-	一半	品脱	的	小牛肉	肉汤	,	搅拌	出色地	,	和	添加

[sʌm; səm][sɔːlt][ænd; ənd] ['pepər] .

some	**salt**	**and**	**pepper**	**.**
一些	盐	和	胡椒	.

加入少许面粉和半品脱小牛肉汤，搅拌均匀，再加入一些盐和胡椒粉。

[rɪ'duːs] [fɔːr; fər] [ə'baʊt] [ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] , ['stɜːrɪŋ] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː] [bɔɪlz] , [ˌeɪ diː 'diː] [wʌn] ['tiːspuːn] [ʌv; əv]

Reduce	**for**	**about**	**fifteen**	**minutes**	**,**	**stirring**	**until**	**it**	**boils**	**,**	**add**	**one**	**teaspoon**	**of**
减少	为了	关于	十五	分钟	,	搅拌	直到	它	沸腾	,	添加	一	茶匙	的

[tʃɑːpt] ['pɑːrsli] ,

chopped	**parsley**	**,**
切碎	香菜	,

转小火煮约十五分钟，期间不断搅拌至沸腾，加入一茶匙切碎的欧芹。

[wʌn] - [hæf] [ə; eɪ] ['tiːspuːn] [ʌv; əv] ['greɪtɪd] ['nʌtmeg] , [wʌn] - [hæf] [ə; eɪ] [kʌp] [ʌv; əv] [kriːm] ,

one	**-**	**half**	**a**	**teaspoon**	**of**	**grated**	**nutmeg**	**,**	**one**	**-**	**half**	**a**	**cup**	**of**	**cream**	**,**
一	-	一半	一个	茶匙	的	磨碎的	肉豆蔻	,	一	-	一半	一个	杯子	的	奶油	,

半茶匙磨碎的肉豆蔻，半杯奶油，

[ænd; ənd] [ðə; ði] ['biːtn] - [ʌp] [joʊk] [ʌv; əv] [tuː] [egz] .

and	**the**	**beaten**	**-**	**up**	**yolks**	**of**	**two**	**eggs**	**.**
和	这	被打败	-	向上	蛋黄	的	二	鸡蛋	.

以及两个鸡蛋的蛋黄。

[pʊt] [ɑːn] [ðə; ði] ['faɪər] [ə'gen] [fɔːr; fər] [θriː] [ɔːr] [fɔːr] ['mɪnɪts] .

Put	**on**	**the**	**fire**	**again**	**for**	**three**	**or**	**four**	**minutes**	**.**
放	在	这	火	再次	为了	三	或者	四	分钟	.

再放回火上烤三四分钟。

[duː] [nɑːt] [let] [bɔɪl] , [ænd; ənd] [sɜːrv] [hɑːt] .

Do	**not**	**let**	**boil**	**,**	**and**	**serve**	**hot**	**.**
做	不是	让	熬	,	和	服务	热的	.

不要煮沸，趁热食用。

['kɑːliflaʊər] " [ɪn] [stuːfɑːtoʊ]

CAULIFLOWER	**"**	**IN**	**STUFATO**
菜花	"	在	斯图法托

花椰菜"在 Stufato

" [rɪ'muːv] [ðə; ði] ['aʊtər] [liːvz] [ænd; ənd] [kliːn] [ə; eɪ] [faɪn] ['kɑːliflaʊər] .

"	**Remove**	**the**	**outer**	**leaves**	**and**	**clean**	**a**	**fine**	**cauliflower**	**.**
"	消除	这	外	树叶	和	干净的	一个	美好的	菜花	.

去掉外层叶子，清洗干净，得到一颗优质的菜花。

[kʌt] [ˌaɪ 'tiː] ['ɪntuː] ['sevrəl] ['piːsɪz] [ænd; ənd] [wɑːʃ] [ðem; ðəm] [wel] [wɪð; wɪθ] [koʊld] ['wɔːtər] ,

Cut	**it**	**into**	**several**	**pieces**	**and**	**wash**	**them**	**well**	**with**	**cold**	**water**	**,**
切	它	进入	一些	件	和	洗	他们	出色地	和	寒冷的	水	,

切成几块，用冷水彻底冲洗干净。

[pʊt] [ðem; ðəm] ['ɪntuː] [ə; eɪ] [pɑːt] [ʌv; əv] ['bɔɪlɪŋ] ['sɔːltɪd] ['wɔːtər] , [ænd; ənd] [kʊk] ['kwɪkli] [fɔːr; fər] ['twenti]

put	**them**	**into**	**a**	**pot**	**of**	**boiling**	**salted**	**water**	**,**	**and**	**cook**	**quickly**	**for**	**twenty**
放	他们	进入	一个	锅	的	沸腾	咸的	水	,	和	厨师	迅速地	为了	二十

[ɔːr] ['θɜːrti] ['mɪnɪts] ,

or	**thirty**	**minutes**	**,**
或者	三十	分钟	,

将它们放入一锅沸腾的盐水中，快速煮20到30分钟。

[ʌn'tɪl] [ðeɪ] [ɑːr; ər] [kwaɪt] ['tendər] .

until	**they**	**are**	**quite**	**tender**	**.**
直到	他们	是	相当	投标	.

直到它们变得非常软嫩。

[teɪk] [ðem; ðəm] [aʊt] [wɪ'ðaʊt] ['breɪkɪŋ] , [ænd; ənd] [pleɪs] [ðem; ðəm] [ɑːn] ['piːsɪz] [ʌv; əv] ['bʌtərd] [toʊst]

Take	**them**	**out**	**without**	**breaking**	**,**	**and**	**place**	**them**	**on**	**pieces**	**of**	**buttered**	**toast**
拿	他们	出去	没有	打破	,	和	地方	他们	在	件	的	涂黄油的	吐司

,

,

,

把它们取出来，不要弄碎，然后放在涂了黄油的吐司片上。

[ðen] [pʊt][sʌm; səm] ['bʌtər] [ɪn][ə; eɪ] ['fraɪɪŋ] - [pæn] , [ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['flaʊər] [mɪkst] [wɪð; wɪθ]

then	put	some	butter	in	a	frying	-	pan	,	add	a	little	flour	mixed	with
然后	放	一些	黄油	在	一个	煎炸	-	平底锅	,	添加	一个	小的	面粉	混合	和

[sʌm; səm] [stɑːk] ,

some	stock	,
一些	库存	,

然后，在煎锅里放些黄油，加入少许面粉和一些高汤混合，

[stɜːr] [wel] [ʌn'tɪl][ˌaɪ 'tiː][bɔɪlz] , [ðen] [ˌeɪ diː 'diː] ['sevrəl] ['faɪnli] [tʃɑːpt] ['mʌʃrʊmz] , [ænd; ənd] [kʊk]

stir	well	until	it	boils	,	then	add	several	finely	chopped	mushrooms	,	and	cook
搅拌	出色地	直到	它	沸腾	,	然后	添加	一些	精细地	切碎	蘑菇	,	和	厨师

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [mɔːr] .

a	little	more	.
一个	小的	更多的	.

搅拌至沸腾，然后加入几朵切碎的蘑菇，再煮一会儿。

[teɪk] [ˌaɪ 'tiː][ɔːf][ðə; ði]['faɪər] , [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] [joʊk] [ʌv; əv] [tuː] [egz] [wɪtʃ] [hæv; həv] [bɪn]

Take	it	off	the	fire	,	and	add	the	yolks	of	two	eggs	which	have	been
拿	它	离开	这	火	,	和	添加	这	蛋黄	的	二	鸡蛋	哪个	有	到过

[wel] ['biːtn] ,

well	beaten	,
出色地	被打败	,

将锅从火上移开，加入两个打散的蛋黄。

[sɔːlt] , ['pepər] , ['greɪtɪd] ['nʌtmeg] , [ænd; ənd][ðə; ði][dʒuːs][ʌv; əv][wʌn]['lemən] .

salt	,	pepper	,	grated	nutmeg	,	and	the	juice	of	one	lemon	.
盐	,	胡椒	,	磨碎的	肉豆蔻	,	和	这	汁	的	一	柠檬	.

盐、胡椒粉、磨碎的肉豆蔻和一颗柠檬的汁。

[pɔːr] [ðɪs] [sɔːs] ['oʊvər][ænd; ənd] [raʊnd] [ðə; ði] ['kɑːliflaʊər] , [ænd; ənd] [sɜːrv] .

Pour	this	sauce	over	and	round	the	cauliflower	,	and	serve	.
倒	这	酱	超过	和	圆形的	这	菜花	,	和	服务	.

将酱汁淋在花椰菜上，使其呈圆形，即可食用。

[ðə; ði] [sɔːs] [mʌst; məst][nɑːt][biː; bi] [bɔɪld] ['æftər] ['ædɪŋ] [ðə; ði] [egz] .

The	sauce	must	not	be	boiled	after	adding	the	eggs	.
这	酱	必须	不是	是	煮沸	后	添加	这	鸡蛋	.

加入鸡蛋后，酱汁不能再煮沸。

['selərɪ] [fraɪd]

CELERY	FRIED
芹菜	油煎

炸芹菜

[kʌt] [ɔːf][ðə; ði] [griːn] [liːvz] ,

Cut	off	the	green	leaves	,
切	离开	这	绿色的	树叶	,

剪掉绿叶，

[ænd; ənd][kʌt][ðə; ði] [stɔːks] [ʌv; əv][ðə; ði] ['selərɪ] [ɪn] ['piːsɪz] [ə'baʊt][æn; ən] [ɪntʃ] [lɔːŋ] .

and	cut	the	stalks	of	the	celery	in	pieces	about	an	inch	long	.
和	切	这	茎	的	这	芹菜	在	件	关于	一个	英寸	长的	.

将芹菜茎切成约一英寸长的段。

[wɑːʃ] [ðem; ðəm][ænd; ənd] [ðen] [pʊt][ðem; ðəm]['ɪntuː] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər][fɔːr; fər] [ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] .

Wash	them	and	then	put	them	into	boiling	water	for	fifteen	minutes	.
洗	他们	和	然后	放	他们	进入	沸腾	水	为了	十五	分钟	.

洗净后放入沸水中煮十五分钟。

[ðen] [draɪ][ɑːn][ə; eɪ]['næpkɪn] .

Then	dry	on	a	napkin	.
然后	干燥	在	一个	餐巾	.

然后用餐巾纸擦干。

[biːt] [ʌp][æn; ən] [eg] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [stɑːk] , [ɔːr][hɑːt]['wɔːtər] , [ˌeɪ diː 'diː][sɔːlt][ænd; ənd] ['pepər] ,

Beat	up	an	egg	with	a	little	stock	,	or	hot	water	,	add	salt	and	pepper	,
打	向上	一个	蛋	和	一个	小的	库存	,	或者	热的	水	,	添加	盐	和	胡椒	,

将鸡蛋打散，加入少许高汤或热水，再加入盐和胡椒粉。

[dɪp][ðə; ði] ['seləri] [ɪn] , [ðen] [roʊl][ˌaɪ 'tiː][ɪn] [bred] [krʌmz] , [ænd; ənd][fraɪ][ɪn] ['bɔɪlɪŋ] [lɑːrd] .

dip	the	celery	in	,	then	roll	it	in	bread	crumbs	,	and	fry	in	boiling	lard	.
蘸	这	芹菜	在	,	然后	卷	它	在	面包	面包屑	,	和	炒	在	沸腾	猪油	.

将芹菜蘸上酱汁，然后裹上面包屑，再用沸腾的猪油煎炸。

['seləri] [wɪð; wɪθ][tə'meɪtoʊ] [sɔːs]

CELERY	WITH	TOMATO	SAUCE
芹菜	和	番茄	酱

芹菜配番茄酱

[kʌt] [ɔːf][ðə; ði] [griːn] [liːvz] , [kliːn] [ænd; ənd] [wɑːʃ] [ðə; ði] ['seləri] [stɔːks] ,

Cut	off	the	green	leaves	,	clean	and	wash	the	celery	stalks	,
切	离开	这	绿色的	树叶	,	干净的	和	洗	这	芹菜	茎	,

切掉绿叶，清洗芹菜茎。

[ænd; ənd] [ðen] [θroʊ] [ðem; ðəm]['ɪntuː] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər][ænd; ənd][bɔɪl][fæst][fɔːr; fər] ['twenti] ['mɪnɪts] .

and	then	throw	them	into	boiling	water	and	boil	fast	for	twenty	minutes	.
和	然后	扔	他们	进入	沸腾	水	和	熬	快速地	为了	二十	分钟	.

然后将它们放入沸水中，快速煮20分钟。

[dreɪn] , [draɪ] [wel] , [pʊt][ðem; ðəm][ɑːn][ə; eɪ] [dɪʃ] , [ænd; ənd] [pɔːr] [ə; eɪ][paɪnt][ʌv; əv][tə'meɪtoʊ] [sɔːs] ,

Drain	,	dry	well	,	put	them	on	a	dish	,	and	pour	a	pint	of	tomato	sauce	,
流走	,	干燥	出色地	,	放	他们	在	一个	盘子	,	和	倒	一个	品脱	的	番茄	酱	,

沥干水分，擦干，放在盘子里，淋上一品脱番茄酱。

[ɔːr][tə'meɪtoʊ] [peɪst] [daɪ'luːtɪd][wɪð; wɪθ][hɑːt]['wɔːtər] , ['oʊvər][ðem; ðəm] .

or	tomato	paste	diluted	with	hot	water	,	over	them	.
或者	番茄	粘贴	稀	和	热的	水	,	超过	他们	.

或者用热水稀释的番茄酱，淋在上面。

[tə'meɪtoʊz] " ['ɑːlə] [ˌpiːeɪ'mɑːnˌtiːz]

TOMATOES	"	ALLA	PIEMONTESE
西红柿	"	阿拉	皮埃蒙特语

皮埃蒙特风味番茄

" [teɪk] [fɔːr] ['ræðər] [ˌʌn'raɪp][tə'meɪtoʊz][ʌv; əv][ə'baʊt][ðə; ði] [seɪm] [saɪz] ,

"	Take	four	rather	unripe	tomatoes	of	about	the	same	size	,
"	拿	四	相当	生	西红柿	的	关于	这	相同的	尺寸	,

取四个大小相近、略微未成熟的西红柿，

[pʊt][ðem; ðəm]['ɪntuː] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər][ænd; ənd][bɔɪl][fɔːr; fər][ə; eɪ][fjuː] ['mɪnɪts] .

put	them	into	boiling	water	and	boil	for	a	few	minutes	.
放	他们	进入	沸腾	水	和	熬	为了	一个	很少	分钟	.

将它们放入沸水中煮几分钟。

[kʌt] [ɔːf][ðə; ði][stem][pɑːrt] ,

Cut	off	the	stem	part	,
切	离开	这	干	部分	,

切掉茎部，

[ænd; ənd] [teɪk] [aʊt][sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ði][ˌɪn'saɪd][wɪð; wɪθ][æz; əz] ['meni] [siːdz] [æz; əz][juː; jʊ][kæn; kən] .

and	take	out	some	of	the	inside	with	as	many	seeds	as	you	can	.
和	拿	出去	一些	的	这	里面	和	作为	许多	种子	作为	你	能	.

尽可能多地取出里面的果肉和种子。

[fɪl] [ðem; ðəm][wɪð; wɪθ] [bɔɪld] [raɪs][ænd; ənd][sʌm; səm] ['mʌʃrʊmz] [tʃɑːpt] [ʌp] [smɔːl] .

Fill	them	with	boiled	rice	and	some	mushrooms	chopped	up	small	.
充满	他们	和	煮沸	米	和	一些	蘑菇	切碎	向上	小的	.

在里面填入煮熟的米饭和一些切碎的蘑菇。

[pɔːr] ['oʊvər][ðem; ðəm][ðə; ði] [joʊk] [ʌv; əv] [tuː] [egz] , [pleɪs] [ðem; ðəm][ɪn][ðə; ði]['ʌv(ə)n][tuː; tə]['kʌlər] ;

Pour	over	them	the	yolks	of	two	eggs	,	place	them	in	the	oven	to	color	;
倒	超过	他们	这	蛋黄	的	二	鸡蛋	,	地方	他们	在	这	烤箱	到	颜色	;

[sɜːrv] [hɑːt] .

serve	hot	.
服务	热的	.

将两个蛋黄浇在上面，放入烤箱烤至上色；趁热食用。

[tə'meɪtoʊz] " ['ɑːlə] [spɑːgnjuːoʊlə]

TOMATOES	"	ALLA	SPAGNUOLA
西红柿	"	阿拉	意大利面

西班牙风味番茄

" [teɪk] [θriː] [ɔːr] [fɔːr] [lɑːrdʒ][raɪp][tə'meɪtoʊz][ænd; ənd][bɔɪl][ðem; ðəm] .

"	Take	three	or	four	large	ripe	tomatoes	and	boil	them	.
"	拿	三	或者	四	大的	成熟	西红柿	和	熬	他们	.

取三四个大而成熟的西红柿，煮熟。

[leɪ] [ðem; ðəm][ɑːn][ə; eɪ] [sɪv] [tuː; tə][dreɪn] [ʌn'tɪl] ['wɑːntɪd] ,

Lay	them	on	a	sieve	to	drain	until	wanted	,
莱	他们	在	一个	筛	到	流走	直到	通缉	,

将它们放在筛子上沥干水分，待需要时再取出。

[ænd; ənd] [ðen] [pæs] [ðem; ðəm] [θruː] [ə; eɪ] [faɪn] [her] [sɪv] .

and	then	pass	them	through	a	fine	hair	sieve	.
和	然后	经过	他们	通过	一个	美好的	头发	筛	.

然后将它们过细毛筛。

[pʊt][ðem; ðəm][ɪn][ə; eɪ] [stuː] - [pæn][ænd; ənd][stɜːr][ʌn'tɪl][ɔːl][ðə; ði]['lɪkwɪd][ɪz] [ɪ'væpəreɪtɪd] .

Put	them	in	a	stew	-	pan	and	stir	until	all	the	liquid	is	evaporated	.
放	他们	在	一个	炖	-	平底锅	和	搅拌	直到	全部	这	液体	是	蒸发	.

将它们放入炖锅中，搅拌至所有液体蒸发完毕。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ][smɔːl] [piːs] [ʌv; əv] ['bʌtər] [ænd; ənd] [θriː] [ɔːr] [fɔːr] [rɔː] [egz] ,

Then	add	a	small	piece	of	butter	and	three	or	four	raw	eggs	,
然后	添加	一个	小的	片	的	黄油	和	三	或者	四	生的	鸡蛋	,

然后加入一小块黄油和三四个生鸡蛋，

['stɜːrɪŋ] [ðem; ðəm] ['kwɪkli] [wɪð; wɪθ][ðə; ði][tə'meɪtoʊz] .

stirring	them	quickly	with	the	tomatoes	.
搅拌	他们	迅速地	和	这	西红柿	.

快速将它们与西红柿翻炒在一起。

[wen] [ðə; ði] [egz] [ɑːr; ər] [kʊkt] , [tɜːrn][ɔːl][aʊt]['ɪntuː][ə; eɪ] [dɪʃ] [ænd; ənd] [sɜːrv] [hɑːt] .

When	the	eggs	are	cooked	,	turn	all	out	into	a	dish	and	serve	hot	.
什么时候	这	鸡蛋	是	煮熟	,	转动	全部	出去	进入	一个	盘子	和	服务	热的	.

鸡蛋煮熟后，将所有食材盛入盘中，趁热食用。

[tə'meɪtoʊz] [wɪð; wɪθ] [egz]

TOMATOES	WITH	EGGS
西红柿	和	鸡蛋

番茄炒蛋

[tʃuːz] [raʊnd] [tə'meɪtoʊz][ʌv; əv][ə'baʊt]['iːkwəl][saɪz][ænd; ənd] [piːl] [ðem; ðəm] .

Choose	round	tomatoes	of	about	equal	size	and	peel	them	.
选择	圆形的	西红柿	的	关于	平等的	尺寸	和	果皮	他们	.

选择大小相近的圆形西红柿，削皮。

[kʌt] [ɔːf][ðer; ðər][tɑːps] , [teɪk] [aʊt][ðer; ðər][in'saidz] , [ænd; ənd][drɑːp][ə; eɪ] [rɔː] [eg] ['ɪntuː] [iːtʃ] ,

Cut	off	their	tops	,	take	out	their	insides	,	and	drop	a	raw	egg	into	each	,
切	离开	他们的	最高额	,	拿	出去	他们的	内部	,	和	降低	一个	生的	蛋	进入	每个	,

切掉它们的顶部，取出里面的东西，然后在每个容器里放入一个生鸡蛋。

[ri'pleisin] [ðə; ði][tɑ:p][æz; əz]['kʌvər] .

replacing	**the**	**top**	**as**	**cover**	**.**
替换	这	顶部	作为	覆盖	.

用顶盖代替。

[pʊt][ðə; ði][tə'meɪtoʊz][ɪn][ə; eɪ]['beɪkɪŋ] - [dɪʃ] [ænd; ənd] [beɪk] [fɔ:r; fər][ə'baʊt][ten] ['mɪnɪts] , [ʌn'tɪl][ðə; ði]

Put	**the**	**tomatoes**	**in**	**a**	**baking**	**-**	**dish**	**and**	**bake**	**for**	**about**	**ten**	**minutes**	**,**	**until**	**the**
放	这	西红柿	在	一个	烘烤	-	盘子	和	烤	为了	关于	十	分钟	,	直到	这

[egz] [ɑ:r; ər][set] .

eggs	**are**	**set**	**.**
鸡蛋	是	放	.

将西红柿放入烤盘中，烘烤约十分钟，直到鸡蛋凝固。

[sɜ:rv] [ʌp][ɪn][ðə; ði] ['beɪkɪŋ] - [dɪʃ] ['veri] [hɑ:t] , [wɪð; wɪθ] [ˌbeɪʃə'mel] [sɔ:s] ([si:] ['sɔ:sɪz] , [peɪdʒ] -) ,

Serve	**up**	**in**	**the**	**baking**	**-**	**dish**	**very**	**hot**	**,**	**with**	**Bechamel**	**sauce**	**(**	**see**	**Sauces**	**,**	**page**	**29**	**)**	**,**
服务	向上	在	这	烘烤	-	盘子	非常	热的	,	和	贝夏梅尔	酱	(	看	酱汁	,	页	-	)	,

趁热盛入烤盘中，淋上白汁（参见酱汁部分，第 29 页）。

[ɔ:r][sʌm; səm] [braʊn] ['greɪvi] .

or	**some**	**brown**	**gravy**	**.**
或者	一些	棕色的	肉汁	.

或者一些棕色肉汁。

[tə'meɪtoʊ] ['pʊdɪŋ]

TOMATO	**PUDDING**
番茄	布丁

番茄布丁

[skɔ:ld] , [pi:l] , [ænd; ənd][slaɪs] [eɪt] [tə'meɪtoʊz] .

Scald	**,**	**peel**	**,**	**and**	**slice**	**eight**	**tomatoes**	**.**
烫伤	,	果皮	,	和	片	八	西红柿	.

将八个西红柿烫一下，去皮，切片。

[skwi:z] [aʊt] [θri:] - ['kwɔ:rtərz][ʌv; əv][ðer; ðər][dʒu:s]['ɪntu:][ə; eɪ] [boʊl] [θru:] [tʃi:z] - [klɔ:θ] ,

Squeeze	**out**	**three**	**-**	**quarters**	**of**	**their**	**juice**	**into**	**a**	**bowl**	**through**	**cheese**	**-**	**cloth**	**,**
挤	出去	三	-	四分之一	的	他们的	汁	进入	一个	碗	通过	奶酪	-	布	,

[ænd; ənd][pʊt][ˌaɪ 'ti:][tu:; tə][wʌn][saɪd] ;

and	**put**	**it**	**to**	**one**	**side**	**;**
和	放	它	到	一	边	;

将果汁的四分之三用纱布过滤到碗中，放在一边备用；

[ðen] [tʃɑ:p] [ʌp][ðə; ði] [pʌlp] [ʌv; əv][ðə; ði][tə'meɪtoʊz][wɪð; wɪθ] [tu:] ['teɪbəlˌspu:nz] [ʌv; əv] [bred] [krʌmz] ,

then	**chop**	**up**	**the**	**pulp**	**of**	**the**	**tomatoes**	**with**	**two**	**tablespoons**	**of**	**bread**	**crumbs**	**,**
然后	劈	向上	这	纸浆	的	这	西红柿	和	二	汤匙	的	面包	面包屑	,

然后将番茄果肉与两汤匙面包屑一起切碎，

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l][sɔ:lt] , ['ʃʊgər] , [ænd; ənd] ['pepər] , [ænd; ənd][ə; eɪ] ['teɪblspu:n] [ʌv; əv][meltid] ['bʌtər] .

a	**little**	**salt**	**,**	**sugar**	**,**	**and**	**pepper**	**,**	**and**	**a**	**tablespoon**	**of**	**melted**	**butter**	**.**
一个	小的	盐	,	糖	,	和	胡椒	,	和	一个	汤匙	的	融化	黄油	.

少许盐、糖、胡椒粉，以及一汤匙融化的黄油。

[pɔ:r] [ðem; ðəm][ɪn][ə; eɪ] ['bʌtərd] [moʊld] , [pleɪs] [ðə; ði][moʊld][ɪn][ə; eɪ]['dʌb(ə)l] ['bɔɪlər] ,

Pour	**them**	**in**	**a**	**buttered**	**mold**	**,**	**place**	**the**	**mold**	**in**	**a**	**double**	**boiler**	**,**
倒	他们	在	一个	涂黄油的	模具	,	地方	这	模具	在	一个	双倍的	锅炉	,

将混合物倒入涂抹了黄油的模具中，然后将模具放入双层蒸锅中。

[ænd; ənd][pʊt][ɑ:n][ðə; ði]['kʌvər] , [ænd; ənd][bɔɪl][hɑ:rd][fɔ:r; fər][wʌn]['aʊər] .

and	**put**	**on**	**the**	**cover**	**,**	**and**	**boil**	**hard**	**for**	**one**	**hour**	**.**
和	放	在	这	覆盖	,	和	熬	难的	为了	一	小时	.

盖上盖子，大火煮一个小时。

[ðen] [tɜːrn] [aʊt] [ɑːn] [ə; eɪ] [dɪʃ] .
Then turn out on a dish .
然后 转动 出去 在 一个 盘子 .

然后倒扣在盘子里。

['miːnwaɪl] [teɪk] [ðə; ði] [dʒuːs] [ʌv; əv] [ðə; ði] [tə'meɪtoʊz] , ['siːz(ə)n] [wɪð; wɪθ] ['ʃʊgər] , [sɔːlt] , [ænd; ənd]
Meanwhile take the juice of the tomatoes , season with sugar , salt , and
同时 拿 这 汁 的 这 西红柿 , 季节 和 糖 , 盐 , 和
['pepər] ,
pepper ,
胡椒 ,

同时，将番茄汁挤出，用糖、盐和胡椒粉调味。

[mɪks] [ɪn] [wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['bʌtər] [roʊld] [ɪn] ['flaʊər] .
mix in one tablespoon of butter rolled in flour .
混合 在 一 汤匙 的 黄油 滚动 在 面粉 .

拌入一汤匙裹上面粉的黄油。

[bɔɪl] [wʌn] ['mɪnɪt] , [ðen] [pɔːr] ['oʊvər] [ðə; ði] ['pʊdɪŋ] [ænd; ənd] [sɜːrv] .
Boil one minute , then pour over the pudding and serve .
熬 一 分钟 , 然后 倒 超过 这 布丁 和 服务 .

煮沸一分钟，然后浇在布丁上即可食用。

[strɪŋ] - [biːnz] " [ɪn] -
STRING - BEANS " IN FRICASSEA
细绳 - 豆子 " 在 -

南非的四季豆

" [kʌt] [ɔːf] [ðə; ði] ['ɛndz] [ænd; ənd] [strɪŋ] [sʌm; səm] [jʌŋ] [strɪŋ] - [biːnz] .
" Cut off the ends and string some young string - beans .
" 切 离开 这 结束 和 细绳 一些 年轻的 细绳 - 豆子 .

把嫩四季豆的两端切掉，然后剥去豆荚。

[kʊk] [ðem; ðəm] [ɪn] ['sɔːltɪd] ['wɔːtər] , [ðen] [dreɪn] [ðem; ðəm] [wel] .
Cook them in salted water , then drain them well .
厨师 他们 在 咸的 水 , 然后 流走 他们 出色地 .

用盐水煮熟，然后沥干水分。

[pʊt] [ðem; ðəm] [ɪn] [ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ] [sʌm; səm] ['bʌtər] , ['pɑːrsli] , [ænd; ənd] [tʃɑːpt] ['ʌnjən] .
Put them in a saucepan with some butter , parsley , and chopped onion .
放 他们 在 一个 平底锅 和 一些 黄油 , 香菜 , 和 切碎 洋葱 .

将它们放入平底锅中，加入一些黄油、欧芹和切碎的洋葱。

[biː; bi] ['kerf(ə)l] [tuː; tə] [ˌeɪ diː 'diː] [ə'keɪʒ(ə)nəli] [sʌm; səm] [brɔːθ] [ɪf] [ðə; ði] [biːnz] [draɪ] [ʌp] [bɪ'fɔːr] [ðeɪ]
Be careful to add occasionally some broth if the beans dry up before they
是 小心 到 添加 偶尔 一些 肉汤 如果 这 豆子 干燥 向上 前 他们
[ɑːr; ər] [kəm'pliːtli] [kʊkt] .
are completely cooked .
是 完全地 煮熟 .

如果豆子在完全煮熟之前变干了，要小心地不时添加一些肉汤。

[bɔɪl] ['sloʊli] ,
Boil slowly ,
熬 缓慢地 ,

慢慢煮沸，

[ænd; ənd][ə; eɪ][fjuː]['moʊmənts] [bɪ'fɔːr] ['teɪkɪŋ] [ðem; ðəm][ɔːf][ðə; ði]['faɪər][ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] [joʊk] [ʌv; əv]

and	a	few	moments	before	taking	them	off	the	fire	add	the	yolks	of
和	一个	很少	时刻	前	采取	他们	离开	这	火	添加	这	蛋黄	的

[wʌn][ɔːr] [tuː] [egz] ([ə'kɔːrdɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði]['kwɑːntəti][ʌv; əv] [biːnz]) [wel] ['biːtn] [ʌp][wɪð; wɪθ][ə; eɪ]

one	or	two	eggs	(	according	to	the	quantity	of	beans	)	well	beaten	up	with	a
一	或者	二	鸡蛋	(	根据	到	这	数量	的	豆子	)	出色地	被打败	向上	和	一个

['lɪt(ə)l]['wɔːtər] ,

little	water	,
小的	水	,

在即将离火前片刻，加入一到两个鸡蛋的蛋黄（根据豆子的量而定），蛋黄需加少许水充分打散。

[ðə; ði][dʒuːs][ʌv; əv][ə; eɪ]['lemən] , [ænd; ənd][sʌm; səm]['greɪtɪd]['pɑːrməzɑːn,ˈpɑːrməzæn] [tʃiːz] .

the	juice	of	a	lemon	,	and	some	grated	Parmesan	cheese	.
这	汁	的	一个	柠檬	,	和	一些	磨碎的	帕尔马干酪	奶酪	.

柠檬汁和一些磨碎的帕玛森奶酪。

[stɜːr][frʌm; frəm][taɪm][tuː; tə][taɪm] , [ænd; ənd]['nevər] [ə'laʊ] [ðem; ðəm][tuː; tə][bɔɪl] , [ɔːr][ðə; ði] [egz] [wɪl]

Stir	from	time	to	time	,	and	never	allow	them	to	boil	,	or	the	eggs	will
搅拌	从	时间	到	时间	,	和	绝不	允许	他们	到	熬	,	或者	这	鸡蛋	将要

[set] .

set	.
放	.

不时搅拌，千万不要煮沸，否则鸡蛋会凝固。

[tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] [biːnz] [ə; eɪ] [gʊd] ['kʌlər][pʊt][ə; eɪ] [pɪntʃ] [ʌv; əv]['soʊdə]['ɪntuː][ðə; ði]['wɔːtər][wɪð; wɪθ]

To	keep	the	beans	a	good	color	put	a	pinch	of	soda	into	the	water	with
到	保持	这	豆子	一个	好的	颜色	放	一个	捏	的	苏打	进入	这	水	和

[ðə; ði][sɔːlt] .

the	salt	.
这	盐	.

为了保持豆子的颜色鲜艳，可以在加盐的水中加入一小撮小苏打。

[strɪŋ] - [biːnz] [wɪð; wɪθ] [tə'meɪtoʊz]

STRING	-	BEANS	WITH	TOMATOES
细绳	-	豆子	和	西红柿

番茄四季豆

[teɪk] [sʌm; səm] [jʌŋ] [strɪŋ] - [biːnz] , [kʌt] [ɔːf][ðə; ði]['ɛndz] , [ænd; ənd] [strɪŋ] [ðem; ðəm] .

Take	some	young	string	-	beans	,	cut	off	the	ends	,	and	string	them	.
拿	一些	年轻的	细绳	-	豆子	,	切	离开	这	结束	,	和	细绳	他们	.

取一些嫩四季豆，切掉两端，去掉豆筋。

[wɑːʃ] [ðem; ðəm][ɪn][koʊld]['wɔːtər] , [dreɪn] ,

Wash	them	in	cold	water	,	drain	,
洗	他们	在	寒冷的	水	,	流走	,

用冷水冲洗，沥干水分。

[ænd; ənd] [waɪl] [stɪl] [wet] [pʊt][ðem; ðəm]['ɪntuː][ə; eɪ] ['beɪkɪŋ] - [dɪʃ] [wɪð; wɪθ][sʌm; səm] [gʊd] ['ɑːlɪv] - [ɔɪl]

and	while	still	wet	put	them	into	a	baking	-	dish	with	some	good	olive	-	oil
和	尽管	仍然	湿的	放	他们	进入	一个	烘烤	-	盘子	和	一些	好的	橄榄	-	油

,

,

,

趁它们还湿润的时候，放入烤盘中，加入一些优质橄榄油。

[sʌm; səm] [tʃɑːpt] ['ʌnjən][ænd; ənd] ['pɑːrsli] , [sɔːlt] , [ænd; ənd] ['pepər] .

some	chopped	onion	and	parsley	,	salt	,	and	pepper	.
一些	切碎	洋葱	和	香菜	,	盐	,	和	胡椒	.

一些切碎的洋葱和欧芹，盐和胡椒粉。

[pʊt][ðə; ði] [dɪʃ] [ɑːn][ðə; ði]['faɪər][wɪð; wɪθ][ɪts]['kʌvər][ɑːn] , [ænd; ənd] [kʊk] ['sloʊli] .

Put	the	dish	on	the	fire	with	its	cover	on	,	and	cook	slowly	.
放	这	盘子	在	这	火	和	它是	覆盖	在	,	和	厨师	缓慢地	.

盖上盖子，把菜放在火上，小火慢炖。

[æz; əz][ðə; ði] [biːnz] [draɪ][ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði][dʒuːs][ʌv; əv][sʌm; səm][təˈmeɪtoʊz] , [ɔːr][sʌm; səm] [gʊd]

As	the	beans	dry	add	the	juice	of	some	tomatoes	,	or	some	good
作为	这	豆子	干燥	添加	这	汁	的	一些	西红柿	,	或者	一些	好的

[təˈmeɪtoʊ] [kənˈsɜːrv] .

tomato	conserve	.
番茄	养护	.

豆子晾干后，加入一些番茄汁或一些优质番茄酱。

[teɪk] [ker] [ðeɪ] [duː][nɑːt][bɜːrn] .

Take	care	they	do	not	burn	.
拿	关心	他们	做	不是	烧伤	.

小心别烧坏了。

[fraɪd] [bred] [wɪð; wɪθ] ['reɪzɪnz]

FRIED	BREAD	WITH	RAISINS
油煎	面包	和	葡萄干

葡萄干炸面包

[teɪk] [sʌm; səm] ['ræðər] [steɪl] [bred] , [kʌt] [ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː]['slaɪsɪz] , [rɪˈmuːvɪŋ] [ðə; ði] [krʌst] .

Take	some	rather	stale	bread	,	cut	it	into	slices	,	removing	the	crust	.
拿	一些	相当	陈旧	面包	,	切	它	进入	切片	,	移除	这	地壳	.

取一些比较干的面包，切成片，去掉面包皮。

[fraɪ][ðə; ði] [bred] [ɪn][lɑːrd] , [ænd; ənd] [ðen] [əˈreɪndʒ] [ˌaɪ 'tiː][ɑːn][ə; eɪ] ['plætər] ;

Fry	the	bread	in	lard	,	and	then	arrange	it	on	a	platter	;
炒	这	面包	在	猪油	,	和	然后	安排	它	在	一个	拼盘	;

用猪油煎面包，然后摆放在盘子上；

['miːnwaɪl] [prɪ'per] [ðə; ði]['reɪzɪnz][æz; əz] ['fɑːloʊz] :

meanwhile	prepare	the	raisins	as	follows	:
同时	准备	这	葡萄干	作为	跟随	:

同时，按以下步骤准备葡萄干：

[teɪk] [ə; eɪ] [smɔːl] ['sɔːspæn] [ænd; ənd] [pʊt]['ɪntuː][ˌaɪ 'tiː] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] [gʊd] ['reɪzɪnz] ,

Take	a	small	saucepan	and	put	into	it	two	tablespoons	of	good	raisins	,
拿	一个	小的	平底锅	和	放	进入	它	二	汤匙	的	好的	葡萄干	,

取一个小平底锅，放入两汤匙优质葡萄干，

[ə; eɪ] [gʊd] [slaɪs][ʌv; əv] [rɔː] [hæm] [tʃɑːpt] ['ɪntuː] [smɔːl] ['piːsɪz] , [ænd; ənd][ə; eɪ] [liːf] [ʌv; əv][seɪdʒ] ,

a	good	slice	of	raw	ham	chopped	into	small	pieces	,	and	a	leaf	of	sage	,
一个	好的	片	的	生的	火腿	切碎	进入	小的	件	,	和	一个	叶子	的	圣人	,

一块切成小块的优质生火腿，和一片鼠尾草叶。

['ɔːlsoʊ] [tʃɑːpt] [ʌp] , [wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv]['grænjuleɪtɪd] ['ʃʊgər] , [ænd; ənd] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv]

also	chopped	up	,	one	tablespoon	of	granulated	sugar	,	and	two	tablespoons	of
还	切碎	向上	,	一	汤匙	的	颗粒状	糖	,	和	二	汤匙	的

[gʊd] ['vɪnɪgər] .

good	vinegar	.
好的	醋	.

另需切碎一汤匙砂糖和两汤匙优质醋。

[pʊt] [ðiːz] [ɪn'griːdiənts] [ɑːn][ðə; ði]['faɪər] ,

Put	these	ingredients	on	the	fire	,
放	这些	原料	在	这	火	,

把这些食材放在火上烧，

[ænd; ənd][æz; əz] [suːn] [æz; əz][juː; jʊ][hæv; həv][ə; eɪ] ['sɪrəp] ([stɜːr] ['kɑːnstəntli]) [pɔːr] [ðə; ði]['reɪzɪnz]['ɑːntə]
and 和 | **as** 作为 | **soon** 很快 | **as** 作为 | **you** 你 | **have** 有 | **a** 一个 | **syrup** 糖浆 | **(** (| **stir** 搅拌 | **constantly** 不断地 | **)**) | **pour** 倒 | **the** 这 | **raisins** 葡萄干 | **onto** 到
[ðə; ði] ['piːsɪz] [ʌv; əv][fraɪd] [bred] ,
the 这 | **pieces** 件 | **of** 的 | **fried** 油煎 | **bread** 面包 | **,** ,

一旦熬出糖浆（要不停搅拌），就把葡萄干浇在炸面包片上。

[ænd; ənd][ðə; ði] [sɔːs] ['oʊvər][ænd; ənd][ə'raʊnd][ðem; ðəm] .
and 和 | **the** 这 | **sauce** 酱 | **over** 超过 | **and** 和 | **around** 大约 | **them** 他们 | **.** .

酱汁淋在它们上面和周围。

[sɜːrvd] [wɪð; wɪθ][koʊld] [miːt] [ðiːz] [ɑːr; ər] ['veri] [naɪs] .
Served 服务 | **with** 和 | **cold** 寒冷的 | **meat** 肉 | **these** 这些 | **are** 是 | **very** 非常 | **nice** 好的 | **.** .

配冷肉吃味道很不错。

[miːts]
MEATS
肉类

肉类

[fraɪd] ['swiːtbredz] , [krəu'kets] , ['lɪvər] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] .
FRIED 油煎 | **SWEETBREADS** 甜面包 | **,** , | **CROQUETTES** 炸丸子 | **,** , | **LIVER** 肝 | **,** , | **ETC** ETC | **.** .

炸牛胸腺、炸丸子、炸肝等。

(['frɪtoʊ]['mɪstoʊ]['ɑːlə][rə'mɑːnə])
((| **Fritto** 炸物 | **Misto** 误 | **alla** 阿拉 | **Romana** 罗曼娜 | **)**)

(Fritto Misto alla Romana)

['goʊldən] [bred] , [breɪnz] , ['swiːtbredz] , [krəu'kets] [ʌv; əv] ['tʃɪkɪn] [ænd; ənd] [viːl] [ænd; ənd] [egz] ,
Golden 金的 | **Bread** 面包 | **,** , | **Brains** 大脑 | **,** , | **Sweetbreads** 甜面包 | **,** , | **Croquettes** 炸丸子 | **of** 的 | **Chicken** 鸡 | **and** 和 | **Veal** 小牛肉 | **and** 和 | **Eggs** 鸡蛋 | **,** ,

金面包、脑花、甜面包、鸡肉和牛肉炸丸子以及鸡蛋

['kæfs] ['lɪvər] [ænd; ənd] ['pʌmpkɪn] — [ɔːl] [ðiːz] ['dɪfrənt] [ɪn'griːdiənts] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi][fraɪd] [iːtʃ] [ɪn][ɪts]
Calf's 小牛的 | **Liver** 肝 | **and** 和 | **Pumpkin** 南瓜 | **—** — | **all** 全部 | **these** 这些 | **different** 不同的 | **ingredients** 原料 | **should** 应该 | **be** 是 | **fried** 油煎 | **each** 每个 | **in** 在 | **its** 它是
[oʊn] ['mænər] [æz; əz] ['fɑːloʊz] ,
own 自己的 | **manner** 方式 | **as** 作为 | **follows** 跟随 | **,** ,

小牛肝和南瓜——所有这些不同的食材都应该按照以下方式分别煎炸：

[ə; eɪ] [smɔːl] ['kwɑːntəti][ʌv; əv] [iːtʃ] , [ænd; ənd] [sɜːrvd] [ɔːl] [tə'geðər] [ɑːn][wʌn] ['plætər] [wɪð; wɪθ]['slaɪsɪz]
a 一个 | **small** 小的 | **quantity** 数量 | **of** 的 | **each** 每个 | **,** , | **and** 和 | **served** 服务 | **all** 全部 | **together** 一起 | **on** 在 | **one** 一 | **platter** 拼盘 | **with** 和 | **slices** 切片
[ʌv; əv]['lemən] .
of 的 | **lemon** 柠檬 | **.** .

每样都少许，与柠檬片一起盛放在一个盘子里。

['goʊldən] [bred]
GOLDEN 金的 | **BREAD** 面包

黄金面包

[tʃuːz] [bred] [wɪtʃ] [ɪz][ɪ'læstɪk] , [bʌt; bət][hæz; həz][noʊ][hoʊlz][ɪn][ˌaɪ 'tiː] .
Choose 选择 | **bread** 面包 | **which** 哪个 | **is** 是 | **elastic** 松紧带 | **,** , | **but** 但 | **has** 有 | **no** 不 | **holes** 孔 | **in** 在 | **it** 它 | **.** .

选择有弹性但没有破洞的面包。

[rɪ'muːv] [ðə; ði] [krʌst] [ænd; ənd] [kʌt] [ˌaɪ 'tiː][ɪn]['slaɪsɪz][ə'baʊt][wʌn] [ɪntʃ] [θɪk] ,

Remove	**the**	**crust**	**and**	**cut**	**it**	**in**	**slices**	**about**	**one**	**inch**	**thick**	**,**
消除	这	地壳	和	切	它	在	切片	关于	一	英寸	厚的	,

去掉面包皮，切成约一英寸厚的片。

[ænd; ənd][frʌm; frəm] [ðiːz] ['slaɪsɪz][kʌt]['lɪt(ə)l] ['piːsɪz] [ə'baʊt] [θriː] [ɪntʃɪz] [lɔːŋ] [ænd; ənd][ə'baʊt][wʌn] [ɪntʃ] [waɪd] .

and	**from**	**these**	**slices**	**cut**	**little**	**pieces**	**about**	**three**	**inches**	**long**	**and**	**about**	**one**	**inch**	**wide**	**.**
和	从	这些	切片	切	小的	件	关于	三	英寸	长的	和	关于	一	英寸	宽的	.

从这些切片中切出约三英寸长、一英寸宽的小块。

[trɪm] [ðem; ðəm] [ɔːf] [wel] , [soʊ] [ðeɪ] [wɪl] [nɑːt][biː; bi] ['rægɪd] [ɔːr][ʌn'iːv(ə)n] .

Trim	**them**	**off**	**well**	**,**	**so**	**they**	**will**	**not**	**be**	**ragged**	**or**	**uneven**	**.**
修剪	他们	离开	出色地	,	所以	他们	将要	不是	是	破烂不堪	或者	不均匀	.

把它们修剪整齐，以免出现参差不齐的情况。

[pʊt] [ðiːz] ['piːsɪz] ['ɪntuː][ə; eɪ] [boʊl] [ænd; ənd] [θroʊ] [ɑːn][ðem; ðəm][sʌm; səm] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər] ,

Put	**these**	**pieces**	**into**	**a**	**bowl**	**and**	**throw**	**on**	**them**	**some**	**boiling**	**water**	**,**
放	这些	件	进入	一个	碗	和	扔	在	他们	一些	沸腾	水	,

把这些食材放入碗中，然后倒入沸水。

[ðen] [rɪ'muːv] [ðem; ðəm] [ɪ'miːdiətli] [ænd; ənd] [θroʊ] [ðem; ðəm]['ɪntuː][ə; eɪ][bɪg] [boʊl] [ʌv; əv][koʊld] ['wɔːtər] .

then	**remove**	**them**	**immediately**	**and**	**throw**	**them**	**into**	**a**	**big**	**bowl**	**of**	**cold**	**water**	**.**
然后	消除	他们	立即地	和	扔	他们	进入	一个	大的	碗	的	寒冷的	水	.

然后立即将它们取出，扔进一大碗冷水中。

[ðɪs] [ˌɑːpə'reɪʃ(ə)n][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [dʌn] ['kwɪkli] ,

This	**operation**	**should**	**be**	**done**	**quickly**	**,**
这	手术	应该	是	完毕	迅速地	,

这项操作应该尽快完成。

[soʊ][æz; əz][tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði] [bred] [fiːl] [ðə; ði] [ɪm'preʃ(ə)n] [ʌv; əv] [hiːt] [ænd; ənd][koʊld] ,

so	**as**	**to**	**make**	**the**	**bread**	**feel**	**the**	**impression**	**of**	**heat**	**and**	**cold**	**,**
所以	作为	到	制作	这	面包	感觉	这	印象	的	热	和	寒冷的	,

从而使面包感受到冷热交融的口感。

[wʌn][də'rektli; daɪ'rektli]['æftər][ðə; ði] ['ʌðər] .

one	**directly**	**after**	**the**	**other**	**.**
一	直接地	后	这	其他	.

一个接一个。

[ðen] [teɪk] [ðə; ði] [bred] [bɪ'twiːn] [ðə; ði][hændz][ænd; ənd]['dʒentli] [skwiːz] [aʊt][ðə; ði]['wɔːtər] [wɪ'ðaʊt] ['breɪkɪŋ] [ðə; ði] ['piːsɪz] [ɔːr] [dɪ'fɔːrmɪŋ] [ðem; ðəm] .

Then	**take**	**the**	**bread**	**between**	**the**	**hands**	**and**	**gently**	**squeeze**	**out**	**the**	**water**	**without**	**breaking**	**the**	**pieces**	**or**	**deforming**	**them**	**.**
然后	拿	这	面包	之间	这	双手	和	轻轻地	挤	出去	这	水	没有	打破	这	件	或者	变形	他们	.

然后双手捧起面包，轻轻挤出水分，不要弄碎或弄变形。

[pleɪs] [ðem; ðəm][ɑːn][ə; eɪ]['næpkɪn][tuː; tə][draɪ] .

Place	**them**	**on**	**a**	**napkin**	**to**	**dry**	**.**
地方	他们	在	一个	餐巾	到	干燥	.

把它们放在餐巾纸上晾干。

[ðen] [dɪp][ðem; ðəm][ɪn] [eg] [wɪtʃ] [hæz; həz] [bɪn] ['biːtn] [ʌp][ænd; ənd] ['siːznd] [wɪð; wɪθ][sɔːlt]

Then	dip	them	in	egg	which	has	been	beaten	up	and	seasoned	with	salt
然后	蘸	他们	在	蛋	哪个	有	到过	被打败	向上	和	经验丰富的	和	盐

[ænd; ənd] ['pepər] .

and	pepper	.
和	胡椒	.

然后将它们蘸上打散的、用盐和胡椒粉调味的鸡蛋液。

[ə'laʊ] [ðə; ði] [eg] [tuː; tə][soʊk] [wel] ['ɪntuː][ðə; ði] [bred] .

Allow	the	egg	to	soak	well	into	the	bread	.
允许	这	蛋	到	浸泡	出色地	进入	这	面包	.

让蛋液充分渗入面包中。

[ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] [bɪ'fɔːr] ['sɜːrvɪŋ] [pʊt][ə; eɪ] ['fraɪɪŋ] - [pæn][ɑːn][wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['kwɑːntəti][ʌv; əv][lɑːrd] ,

Fifteen	minutes	before	serving	put	a	frying	-	pan	on	with	a	quantity	of	lard	,
十五	分钟	前	服务	放	一个	煎炸	-	平底锅	在	和	一个	数量	的	猪油	,

上菜前十五分钟，在煎锅里放入适量猪油，

[ænd; ənd][æz; əz] [suːn] [æz; əz][ðə; ði][lɑːrd][ɪz] [ˌluːk'wɔːrm] [pʊt][ɪn][ðə; ði] ['piːsɪz] [ʌv; əv] [bred] ,

and	as	soon	as	the	lard	is	lukewarm	put	in	the	pieces	of	bread	,
和	作为	很快	作为	这	猪油	是	温	放	在	这	件	的	面包	,

猪油温热后，放入面包块。

[tɜːrn][ðem; ðəm][æz; əz] [suːn] [æz; əz] [ðeɪ] ['hɑːrdn] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][ɑːn][wʌn][saɪd] .

turn	them	as	soon	as	they	harden	a	little	on	one	side	.
转动	他们	作为	很快	作为	他们	硬化	一个	小的	在	一	边	.

等它们一面稍微变硬后就翻面。

[ðə; ði] [bred] [mʌst; məst][fraɪ] ['veri] ['sloʊli] , [ænd; ənd][ʃʊd; ʃəd] [rɪ'meɪn] [ɑːn][ðə; ði]['faɪər][æt; ət] [liːst] [ten]

The	bread	must	fry	very	slowly	,	and	should	remain	on	the	fire	at	least	ten
这	面包	必须	炒	非常	缓慢地	,	和	应该	保持	在	这	火	在	至少	十

['mɪnɪts] ,

minutes	,
分钟	,

面包必须用非常慢的速度煎炸，至少要在火上煎十分钟。

[soʊ] [ðæt] [ðə; ði] [hiːt] [kæn; kən] ['penətreɪt] ['grædʒuəli]['ɪntuː][ðə; ði]['mɪd(ə)l][ænd; ənd] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː] [laɪt] .

so	that	the	heat	can	penetrate	gradually	into	the	middle	and	make	it	light	.
所以	那	这	热	能	穿透	逐步地	进入	这	中间	和	制作	它	光	.

这样热量就能逐渐渗透到中间，使其变亮。

[ðɪs] [bred] [tuː; tə][biː; bi] [sək'sesf(ə)l] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['hɑːloʊ] [ˌɪn'saɪd][laɪk][ə; eɪ] ['frɪtər] [wen] ['fɪnɪʃt] .

This	bread	to	be	successful	should	be	hollow	inside	like	a	fritter	when	finished	.
这	面包	到	是	成功的	应该	是	空洞的	里面	喜欢	一个	油炸饼	什么时候	完成的	.

这种面包要想成功，烤好后内部应该是像油炸饼一样的空心的。

[wen] [ðə; ði] [bred] [hæz; həz]['teɪkən][ə; eɪ] [gʊd] ['goʊldən]['kʌlər] , [rɪ'muːv] [frʌm; frəm][ðə; ði][lɑːrd] ,

When	the	bread	has	taken	a	good	golden	color	,	remove	from	the	lard	,
什么时候	这	面包	有	已采取	一个	好的	金的	颜色	,	消除	从	这	猪油	,

当面包呈现金黄色时，从猪油中取出。

[dreɪn] [ˌaɪ 'tiː][ɑːn][ə; eɪ]['næpkɪn] , [ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][sɔːlt] , [ænd; ənd] [sɜːrv] ['veri] [hɑːt] .

drain	it	on	a	napkin	,	add	a	little	salt	,	and	serve	very	hot	.
流走	它	在	一个	餐巾	,	添加	一个	小的	盐	,	和	服务	非常	热的	.

用纸巾吸干水分，加少许盐，趁热食用。

['swiːtbredz]

SWEETBREADS
甜面包

甜面包

['pɑːrbɔɪl][ðə; ði] ['swiːtbredz] , [ðen] [kʊk] [ðem; ðəm][wɪð; wɪθ][wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['bʌtər] [ænd; ənd]

Parboil	**the**	**sweetbreads**	**,**	**then**	**cook**	**them**	**with**	**one**	**tablespoon**	**of**	**butter**	**and**
腑	这	甜面包	,	然后	厨师	他们	和	一	汤匙	的	黄油	和

[wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] [stɑːk] .

one	**tablespoon**	**of**	**stock**	**.**
一	汤匙	的	库存	.

将牛胸腺焯水，然后用一汤匙黄油和一汤匙高汤烹煮。

[wen] [kʊkt] [kʌt][ðem; ðəm]['ɪntuː] ['smɔːlɪʃ] ['piːsɪz] , ['siːz(ə)n][wɪð; wɪθ] ['pepər] , [tʃɑːpt] - [ʌp]

When	**cooked**	**cut**	**them**	**into**	**smallish**	**pieces**	**,**	**season**	**with**	**pepper**	**,**	**chopped**	**-**	**up**
什么时候	煮熟	切	他们	进入	略小	件	,	季节	和	胡椒	,	切碎	-	向上

['pɑːrsli] , [ænd; ənd][wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv]['leмən] ,

parsley	**,**	**and**	**one**	**tablespoon**	**of**	**lemon**	**,**
香菜	,	和	一	汤匙	的	柠檬	,

煮熟后切成小块，用胡椒粉、切碎的欧芹和一汤匙柠檬汁调味。

[ðen] [roʊl][ðem; ðəm][ɪn]['flaʊər] ; [dɪp]['ɪntuː] [eg] [ænd; ənd][fraɪ] .

then	**roll**	**them**	**in**	**flour**	**;**	**dip**	**into**	**egg**	**and**	**fry**	**.**
然后	卷	他们	在	面粉	;	蘸	进入	蛋	和	炒	.

然后裹上面粉；蘸上蛋液，煎炸。

[fraɪd] [breɪnz]

FRIED	**BRAINS**
油煎	大脑

炸脑

[teɪk] [wʌn] ['læmz] [breɪn] , [ɔːr][wʌn] - [hæf][ʌv; əv][ə; eɪ] ['kæfs] [breɪn] ,

Take	**one**	**lamb's**	**brain**	**,**	**or**	**one**	**-**	**half**	**of**	**a**	**calf's**	**brain**	**,**
拿	一	羊羔的	脑	,	或者	一	-	一半	的	一个	小牛的	脑	,

取一个羊脑，或者半个牛脑，

[pʊt][ˌaɪ 'tiː][ɪn][ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ][koʊld]['wɔːtər] ,

put	**it**	**in**	**a**	**saucepan**	**with**	**cold**	**water**	**,**
放	它	在	一个	平底锅	和	寒冷的	水	,

把它放入装有冷水的平底锅中，

[tʃeɪndʒ] [ðə; ði]['wɔːtər][frʌm; frəm][taɪm][tuː; tə][taɪm][fɔːr; fər][ə; eɪ]['kʌp(ə)l][ʌv; əv]['aʊərz] ,

change	**the**	**water**	**from**	**time**	**to**	**time**	**for**	**a**	**couple**	**of**	**hours**	**,**
改变	这	水	从	时间	到	时间	为了	一个	夫妻	的	小时	,

每隔几个小时换一次水。

[ʌn'tɪl][ðə; ði][breɪnz][ɑːr; ər] ['θɜːrəli] [klenzd] .

until	**the**	**brains**	**are**	**thoroughly**	**cleansed**	**.**
直到	这	大脑	是	彻底	已清洗	.

直到大脑彻底清洁为止。

[ðen] [pʊt][ðem; ðəm][ɪn] [ə'nʌðər] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ] [freʃ] ['wɔːtər] , [ænd; ənd][wɪð; wɪθ] ['sevrəl] ['piːsɪz]

Then	**put**	**them**	**in**	**another**	**saucepan**	**with**	**fresh**	**water**	**,**	**and**	**with**	**several**	**pieces**
然后	放	他们	在	其他	平底锅	和	新鲜的	水	,	和	和	一些	件

[ʌv; əv]['ʌnjən] ,

of	**onion**	**,**
的	洋葱	,

然后将它们放入另一个装有清水和几块洋葱的平底锅中，

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l][sɔːlt] , [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] ['vɪnɪgər] ([wʌn] ['teɪblspuːn] [tuː; tə] [iːtʃ] [breɪn]) , [ænd; ənd][sʌm; səm]

a	**little**	**salt**	**,**	**a**	**little**	**vinegar**	**(**	**one**	**tablespoon**	**to**	**each**	**brain**	**)**	**,**	**and**	**some**
一个	小的	盐	,	一个	小的	醋	(	一	汤匙	到	每个	脑	)	,	和	一些

['pɑːrsli] [stemz] .

parsley	**stems**	**.**
香菜	茎	.

少许盐，少许醋（每个脑组织加一汤匙），以及一些欧芹茎。

[æz; əz] [suːn] [æz; əz][ðə; ði]['wɔːtər][bɔɪlz] , [teɪk] [ðə; ði] ['sɔːspæn] [ɔːf] , [rɪ'muːv] [ðə; ði][breɪnz] ,

As	soon	as	the	water	boils	,	take	the	saucepan	off	,	remove	the	brains	,
作为	很快	作为	这	水	沸腾	,	拿	这	平底锅	离开	,	消除	这	大脑	,

水一开，就把锅从锅上拿下来，取出脑髓。

[ænd; ənd][pʊt][ðem; ðəm]['ɑːntə][ə; eɪ]['næpkɪn] .

and	put	them	onto	a	napkin	.
和	放	他们	到	一个	餐巾	.

把它们放在餐巾纸上。

[kʌt] [ðem; ðəm]['ɪntuː] [fɔːr] ['piːsɪz] , [pʊt] [ðiːz] ['piːsɪz] ['ɑːntə][ə; eɪ] [pleɪt] , [ænd; ənd]['siːz(ə)n][wɪð; wɪθ]

Cut	them	into	four	pieces	,	put	these	pieces	onto	a	plate	,	and	season	with
切	他们	进入	四	件	,	放	这些	件	到	一个	盘子	,	和	季节	和

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['ɑːlɪv] - [ɔɪl] ,

a	little	olive	-	oil	,
一个	小的	橄榄	-	油	,

将它们切成四块，放在盘子里，淋上少许橄榄油。

[sʌm; səm]['leмən][dʒuːs] , [ænd; ənd] [tʃɑːpt] ['pɑːrsli] .

some	lemon	juice	,	and	chopped	parsley	.
一些	柠檬	汁	,	和	切碎	香菜	.

一些柠檬汁和切碎的欧芹。

[wen] [juː; jʊ][ɑːr; ər] ['redi] [tuː; tə][fraɪ] , [roʊl][ɪn]['flaʊər] , [dɪp][ɪn] [eg] ,

When	you	are	ready	to	fry	,	roll	in	flour	,	dip	in	egg	,
什么时候	你	是	准备好	到	炒	,	卷	在	面粉	,	蘸	在	蛋	,

准备油炸时，先裹上面粉，再蘸上蛋液。

[ænd; ənd][fraɪ][ðə; ði][breɪn]['oʊvər][ə; eɪ] ['mɑːdərət] ['faɪər][fɔːr; fər]['sev(ə)n][ɔːr] [eɪt] ['mɪnɪts] [ɪn]['ɑːlɪv] -

and	fry	the	brain	over	a	moderate	fire	for	seven	or	eight	minutes	in	olive	-
和	炒	这	脑	超过	一个	缓和	火	为了	七	或者	八	分钟	在	橄榄	-

[ɔɪl] ,

oil	,
油	,

然后用橄榄油以中火煎炸脑组织七八分钟。

[lɑːrd] , [ɔːr] ['bʌtər] .

lard	,	or	butter	.
猪油	, 或者		黄油	.

猪油，或者黄油。

['kæfs] ['lɪvər] [fraɪd]

CALF'S	LIVER	FRIED
小牛的	肝	油煎

煎小牛肝

[rɪ'muːv] [ðə; ði][skɪn] , [ænd; ənd][kʌt]['ɪntuː]['slaɪsɪz][lɑːrdʒ][bʌt; bət] [θɪn] , [roʊl][ɪn]['flaʊər] ,

Remove	the	skin	,	and	cut	into	slices	large	but	thin	,	roll	in	flour	,
消除	这	皮肤	,	和	切	进入	切片	大的	但	薄的	,	卷	在	面粉	,

去皮，切成大而薄的片，裹上面粉，

[dɪp][ɪn] [eg] , [ænd; ənd][fraɪ][ɪn] ['bɔɪlɪŋ] [lɑːrd] ,

dip	in	egg	,	and	fry	in	boiling	lard	,
蘸	在	蛋	,	和	炒	在	沸腾	猪油	,

蘸上蛋液，再用沸腾的猪油煎炸。

[ə'laʊɪŋ] [ðem; ðəm][tuː; tə] [rɪ'meɪn] [ɪn][ðə; ði] ['fraɪɪŋ] - [pæn]['oʊnli][ə; eɪ] ['kʌp(ə)l] [ʌv; əv] ['mɪnɪts] ; [ðen]

allowing	them	to	remain	in	the	frying	-	pan	only	a	couple	of	minutes	;	then
允许	他们	到	保持	在	这	煎炸	-	平底锅	仅有的	一个	夫妻	的	分钟	;	然后

[dreɪn][ɑːn][ə; eɪ]['næpkɪn] ,

drain	on	a	napkin	,
流走	在	一个	餐巾	,

让它们在煎锅里停留几分钟；然后用纸巾吸干多余的油。

['sprɪŋk(ə)l][ɑːn][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][sɔːlt] , [ænd; ənd] [sɜːrv] .

sprinkle	**on**	**a**	**little**	**salt**	**,**	**and**	**serve**	**.**
撒	在	一个	小的	盐	,	和	服务	.

撒上少许盐，即可食用。

[poʊ'lentə] [krəu'kets]

POLENTA	**CROQUETTES**
玉米粥	炸丸子

玉米粥炸丸子

[bɔɪl] [wʌn] - [hæf] [kʌp] [ʌv; əv] [kɔːrn] - [miːl] ['ræðər] [hɑːrd] ,

Boil	**one**	**-**	**half**	**cup**	**of**	**corn**	**-**	**meal**	**rather**	**hard**	**,**
熬	一	-	一半	杯子	的	玉米	-	一顿饭	相当	难的	,

将半杯玉米粉煮至略硬，

[ænd; ənd] [bɪ'fɔːr] [rɪ'muːvɪŋ] [frʌm; frəm][ðə; ði]['faɪər][ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv] ['bʌtər] [ænd; ənd][ə; eɪ]

and	**before**	**removing**	**from**	**the**	**fire**	**add**	**a**	**piece**	**of**	**butter**	**and**	**a**
和	前	移除	从	这	火	添加	一个	片	的	黄油	和	一个

['lɪt(ə)l]['greɪtɪd] [tʃiːz] [ænd; ənd][mɪks] [wel] .

little	**grated**	**cheese**	**and**	**mix**	**well**	**.**
小的	磨碎的	奶酪	和	混合	出色地	.

在从火上移开之前，加入一小块黄油和少许磨碎的奶酪，搅拌均匀。

[teɪk] [ˌaɪ 'tiː] [ðen] [baɪ] ['spuːnˌfʊlz] [ænd; ənd] [let] [ˌaɪ 'tiː] [fɔːl] ['ɑːntə][ə; eɪ]['mɑːrb(ə)l] - [tɑːp] ['teɪbl] ,

Take	**it**	**then**	**by**	**spoonfuls**	**and**	**let**	**it**	**fall**	**onto**	**a**	**marble**	**-**	**top**	**table**	**,**
拿	它	然后	经过	一勺	和	让	它	落下	到	一个	大理石	-	顶部	桌子	,

然后一勺一勺地舀起它，让它落在大理石桌面上。

[ɔːr][ə; eɪ] [bred] - [pæn] [wɪtʃ] [hæz; həz] [bɪn] [wet] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][wɪð; wɪθ][koʊld]['wɔːtər] .

or	**a**	**bread**	**-**	**pan**	**which**	**has**	**been**	**wet**	**a**	**little**	**with**	**cold**	**water**	**.**
或者	一个	面包	-	平底锅	哪个	有	到过	湿的	一个	小的	和	寒冷的	水	.

或者用冷水稍微润湿一下的面包盘。

[ðiːz] ['spuːnˌfʊlz] [ʃʊd; ʃəd][fɔːrm]['lɪt(ə)l] [bɔːlz] [ə'baʊt] [ðə; ði][saɪz][ʌv; əv][ə; eɪ] ['hɛnz] [eg] .

These	**spoonfuls**	**should**	**form**	**little**	**balls**	**about**	**the**	**size**	**of**	**a**	**hen's**	**egg**	**.**
这些	一勺	应该	形式	小的	球	关于	这	尺寸	的	一个	母鸡的	蛋	.

这些勺子舀出的面糊应该能搓成鸡蛋大小的小球。

[ɑːn] [iːtʃ] [ʌv; əv] [ðiːz] [krəu'kets] [pleɪs] [ə; eɪ] ['veri] [θɪn] [slaɪs] [ʌv; əv][gru'jerˌgrɪ'jer] [tʃiːz] ,

On	**each**	**of**	**these**	**croquettes**	**place**	**a**	**very**	**thin**	**slice**	**of**	**Gruyere**	**cheese**	**,**
在	每个	的	这些	炸丸子	地方	一个	非常	薄的	片	的	格鲁耶尔奶酪	奶酪	,

在每个炸丸子上放一片很薄的格鲁耶尔奶酪。

[soʊ] [ðæt] [ðə; ði] [tʃiːz] [wɪl] [əd'hɪr] [tuː; tə][ðə; ði][kɔːrn] - [miːl] .

so	**that**	**the**	**cheese**	**will**	**adhere**	**to**	**the**	**corn**	**-**	**meal**	**.**
所以	那	这	奶酪	将要	粘着	到	这	玉米	-	一顿饭	.

这样奶酪就能粘附在玉米粉上。

[ðen] [ə'laʊ] [ðem; ðəm][tuː; tə] [kuːl] , [ænd; ənd] [wen] [koʊld][dɪp]['ɪntuː] [eg] , [ðen] ['ɪntuː] [bred] [krʌmz]

Then	**allow**	**them**	**to**	**cool**	**,**	**and**	**when**	**cold**	**dip**	**into**	**egg**	**,**	**then**	**into**	**bread**	**crumbs**
然后	允许	他们	到	凉爽的	,	和	什么时候	寒冷的	蘸	进入	蛋	,	然后	进入	面包	面包屑

,

,

,

然后让它们冷却，冷却后蘸上蛋液，再裹上面包屑。

[ænd; ənd][fraɪ][ɪn] ['bɔɪlɪŋ] [lɑːrd] .

and	**fry**	**in**	**boiling**	**lard**	**.**
和	炒	在	沸腾	猪油	.

然后用沸腾的猪油煎炸。

[eg] [krəu'kets]
EGG CROQUETTES
蛋 炸丸子

鸡蛋炸丸子

[hɑ:rd] [bɔɪl] [tu:] [egz] , [rɪ'mu:v] [ðə; ði] ['ʃɛlz] , [draɪ] [ðem; ðəm] , [ænd; ənd] [kʌt] [ðə; ði] [egz] [ɪn] ['mɪnɪt]
Hard boil two eggs , remove the shells , dry them , and cut the eggs in minute
难的 熬 二 鸡蛋 , 消除 这 贝壳 , 干燥 他们 , 和 切 这 鸡蛋 在 分钟
['pi:sɪz] .
pieces .
件 .

将两个鸡蛋煮熟，去壳，擦干，然后切成小块。

[pʊt] [wʌn] ['teɪblspu:n] [ʌv; əv] ['bʌtər] ['ɪntu:] [ə; eɪ] ['sɔ:spæn] ,
Put one tablespoon of butter into a saucepan ,
放 一 汤匙 的 黄油 进入 一个 平底锅 ,

在平底锅中放入一汤匙黄油，

[ænd; ənd] [wen] [ˌaɪ 'ti:] [ɪz] [meltid] [ˌeɪ di: 'di:] [wʌn] [ænd; ənd] [wʌn] - [hæf] ['teɪbəlˌspu:nz] [ʌv; əv] ['flaʊər] ;
and when it is melted add one and one - half tablespoons of flour ;
和 什么时候 它 是 融化 添加 一 和 一 - 一半 汤匙 的 面粉 ;

融化后加入一汤匙半面粉；

[stɜ:r] ['kɑ:nstəntli] [fɔ:r; fər] [ə; eɪ] [fju:] ['moʊmənts] ['oʊvər] [ə; eɪ] [sloʊ] ['faɪər] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] ['wʊd(ə)n] [spu:n] ,
stir constantly for a few moments over a slow fire with a wooden spoon ,
搅拌 不断地 为了 一个 很少 时刻 超过 一个 慢的 火 和 一个 木制的 勺子 ,

用木勺在小火上不停搅拌片刻，

['teɪkɪŋ] [ker] [ðæt] [ðə; ði] ['flaʊər] [dʌz] [nɑ:t] ['kʌlər] .
taking care that the flour does not color .
采取 关心 那 这 面粉 做 不是 颜色 .

注意不要让面粉变色。

[ðen] [pɔ:r] [ɪn] [wʌn] - [θɜ:rd] [ʌv; əv] [ə; eɪ] [kʌp] [ʌv; əv] [mɪlk] , [ɪn] [wɪtʃ] [ju:; jʊ] [hæv; həv] [pʊt] [sɔ:lt] [ænd; ənd]
Then pour in one - third of a cup of milk , in which you have put salt and
然后 倒 在 一 - 第三 的 一个 杯子 的 牛奶 , 在 哪个 你 有 放 盐 和
['pepər] .
pepper .
胡椒 .

然后倒入三分之一杯牛奶，牛奶里要加入盐和胡椒粉。

[ku:l] [ðɪs] [sɔ:s] [fɔ:r; fər] [eɪt] [ɔ:r] [ten] ['mɪnɪts] , ['stɜ:rɪŋ] [kən'tɪnjuəli] [tu:; tə] [meɪk] [ˌaɪ 'ti:] [smu:ð] ,
Cool this sauce for eight or ten minutes , stirring continually to make it smooth ,
凉爽的 这 酱 为了 八 或者 十 分钟 , 搅拌 持续 到 制作 它 光滑的 ,

将酱汁冷却八到十分钟，期间不断搅拌至顺滑。

[ðen] [rɪ'mu:v] [frʌm; frəm] [ðə; ði] ['faɪər] , [pʊt] [ɪn] [ðə; ði] [tʃɑ:pt] - [ʌp] [eg] , [sʌm; səm] ['pɑ:rsli] [tʃɑ:pt]
then remove from the fire , put in the chopped - up egg , some parsley chopped
然后 消除 从 这 火 , 放 在 这 切碎 - 向上 蛋 , 一些 香菜 切碎
[faɪn] ,
fine ,
美好的 ,

然后从火上移开，放入切碎的鸡蛋和一些切碎的欧芹，

[ænd; ənd] [wʌn] - [hæf] ['teɪblspu:n] [ʌv; əv] ['greɪtɪd] ['pɑ:rməzɑ:nˌ'pɑ:rməzæn] [tʃi:z] .
and one - half tablespoon of grated Parmesan cheese .
和 一 - 一半 汤匙 的 磨碎的 帕尔马干酪 奶酪 .

以及半汤匙磨碎的帕玛森奶酪。

[wen] [ju:; jʊ] [hæv; həv] [mɪkst] [ði:z] [ɪn'gri:diənts] [wel] [tə'geðər] ,
When you have mixed these ingredients well together ,
什么时候 你 有 混合 这些 原料 出色地 一起 ,

将这些材料充分混合后，

[spred] [ðem; ðəm] [aʊt] [ɑːn] [ə; eɪ] [pleɪt] [ɔːr] ['mɑːrb(ə)l] [ænd; ənd] [ə'laʊ] [tuː; tə] [kuːl] .

spread	them	out	on	a	plate	or	marble	and	allow	to	cool	.
传播	他们	出去	在	一个	盘子	或者	大理石	和	允许	到	凉爽的	.

将它们摊放在盘子或大理石板上，待其冷却。

[wen] [ðɪs] [hæz; həz] [bɪ'kʌm] [koʊld] [ænd; ənd] ['hɑrdnd] ,

When	this	has	become	cold	and	hardened	,
什么时候	这	有	变得	寒冷的	和	硬化	,

当这一切变得冰冷坚硬时，

[wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] ['wʊd(ə)n] [spuːn] [dɪ'vaɪd] [ˌaɪ 'tiː] ['ɪntuː] ['lɪt(ə)l] ['pɔːʃənz] [ə'baʊt] [ðə; ði] [saɪz] [ʌv; əv] [ə; eɪ] [nʌt] .

with	a	wooden	spoon	divide	it	into	little	portions	about	the	size	of	a	nut	.
和	一个	木制的	勺子	划分	它	进入	小的	部分	关于	这	尺寸	的	一个	坚果	.

用木勺将其分成每份约坚果大小的小块。

[teɪk] [ðiːz] [ænd; ənd] [roʊl] [ðem; ðəm] [ɪn] [draɪd] [bred] [krʌmz] [ænd; ənd] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] ['flaʊər] .

Take	these	and	roll	them	in	dried	bread	crumbs	and	a	little	flour	.
拿	这些	和	卷	他们	在	干燥	面包	面包屑	和	一个	小的	面粉	.

将它们裹上干面包屑和少许面粉。

[roʊl] [ðem; ðəm] [ɔːl] [ðen] , [wʌn] [æt; ət] [ə; eɪ] [taɪm] , [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] ['roʊtəri] ['moʊʃ(ə)n] ,

Roll	them	all	then	,	one	at	a	time	,	with	a	rotary	motion	,
卷	他们	全部	然后	,	一	在	一个	时间	,	和	一个	旋转	运动	,

然后将它们一个一个地旋转着卷起来。

[ænd; ənd] [ðen] [ɪ'lɔːŋgeɪt] [ðə; ði] [bɔːlz] [ʌn'tɪl] [ðeɪ] [ɑːr; ər] [ðə; ði] [ʃeɪp] [ʌv; əv] ['ɔːrd(ə)neri] [kɔːks] ,

and	then	elongate	the	balls	until	they	are	the	shape	of	ordinary	corks	,
和	然后	拉长	这	球	直到	他们	是	这	形状	的	普通的	软木塞	,

然后将这些球拉长，直到它们变成普通软木塞的形状。

[ðen] [dɪp] [ðə; ði] [krəu'kets] ['ɪntuː] [ðə; ði] [eg] , [wʌn] [æt; ət] [ə; eɪ] [taɪm] , [ðen] ['ɪntuː] [bred] [krʌmz] [ə'gen] ,

then	dip	the	croquettes	into	the	egg	,	one	at	a	time	,	then	into	bread	crumbs	again	,
然后	蘸	这	炸丸子	进入	这	蛋	,	一	在	一个	时间	,	然后	进入	面包	面包屑	再次	,

然后将炸丸子一个一个地蘸上蛋液，再裹上面包屑。

[ænd; ənd] [ə; eɪ] [fjuː] ['moʊmənts] [bɪ'fɔːr] ['sɜːrvɪŋ] [fraɪ] [ɪn] ['bɔɪlɪŋ] [lɑːrd] .

and	a	few	moments	before	serving	fry	in	boiling	lard	.
和	一个	很少	时刻	前	服务	炒	在	沸腾	猪油	.

上菜前片刻，用沸腾的猪油煎炸。

[æz; əz] [suːn] [æz; əz] [ðeɪ] [ɑːr; ər] ['kʌlərd] [rɪ'muːv] [ðem; ðəm] [ɪ'miːdiətli] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [lɑːrd] ,

As	soon	as	they	are	colored	remove	them	immediately	from	the	lard	,
作为	很快	作为	他们	是	有色	消除	他们	立即地	从	这	猪油	,

一旦上色，就立即从猪油中取出。

['ʌðərwaɪz] [ðeɪ] [wɪl] [breɪk] [tuː; tə] ['piːsɪz] .

otherwise	they	will	break	to	pieces	.
否则	他们	将要	休息	到	件	.

否则它们就会碎裂。

[poʊ'lentə] ['frɪtərz] , [fraɪd] ['pʌmpkɪn] , [fraɪd] [skwɑːʃ] , [ænd; ənd] ['pɑːsnips] [meɪ] ['ɔːlsoʊ] [biː; bi] ['ædɪd] [ɔːr] ['sʌbstɪtjutɪd] [ɪf] [dɪ'zaɪrd] .

Polenta	Fritters	,	Fried	Pumpkin	,	Fried	Squash	,	and	Parsnips	may	also	be	added	or	substituted	if	desired	.
玉米粥	油炸饼	,	油煎	南瓜	,	油煎	壁球	,	和	欧防风	可能	还	是	额外	或者	替代	如果	想要的	.

如果需要，还可以添加或替换玉米粥饼、炸南瓜、炸冬瓜和欧洲防风草。

['lɪt(ə)l] [fɪ'leɪz] " ['ɑːlə] ['nɑpəli'tɑnə]
LITTLE FILETS " ALLA NAPOLITANA
小的 鱼片 " 阿拉 那不勒斯

小份那不勒斯风味

" ['bʌtər] [wel] [ə; eɪ] ['fraɪɪŋ] - [pæn] ,
" Butter well a frying - pan ,
" 黄油 出色地 一个 煎炸 - 平底锅 ,

在煎锅里抹上黄油，

[ænd; ənd]['sprɪŋk(ə)l]['oʊvər][ðə; ði]['bɑːtəm][ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv] [liːn] [hæm] ([rɔː] [ɪf] ['pɑːsəb(ə)l]) [tʃɑːpt]
and sprinkle over the bottom a piece of lean ham (raw if possible) chopped
和 撒 超过 这 底部 一个 片 的 倾斜 火腿 (生的 如果 可能的) 切碎
[ʌp] [faɪn] .
up fine .
向上美好的 .

在底部撒上一块切碎的瘦火腿（最好是生的）。

[ðen] [ə; eɪ] ['leɪər] [ʌv; əv] ['mʌʃrʊmz] [tʃɑːpt] [faɪn] , [ðen] [ə; eɪ] ['leɪər] [ʌv; əv] [mɪnst] ['pɑːrsli] .
Then a layer of mushrooms chopped fine , then a layer of minced parsley .
然后 一个 层 的 蘑菇 切碎 美好的 , 然后 一个 层 的 剁碎 香菜 .

然后铺上一层切碎的蘑菇，再铺上一层切碎的欧芹。

[ðə; ði] ['bɑːtəm] [ʌv; əv][ðə; ði][pæn][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [ɪn'taɪərli] ['kʌvərd] [wɪð; wɪθ] [ðiːz] [θriː] [ɪn'griːdiənts] .
The bottom of the pan should be entirely covered with these three ingredients .
这 底部 的 这 平底锅 应该 是 完全 涵盖 和 这些 三 原料 .

锅底应该完全铺满这三种食材。

[ðen] [frʌm; frəm][ə; eɪ] [fɪ'leɪ] [ʌv; əv] [biːf] [kʌt] [sʌm; səm]['lɪt(ə)l]['slaɪsɪz] ,
Then from a filet of beef cut some little slices ,
然后 从 一个 菲力牛排 的 牛肉 切 一些 小的 切片 ,

然后从牛里脊肉上切下一些小片，

[ə'baʊt][wʌn] - [hæf][æn; ən] [ɪntʃ] [θɪk] [ænd; ənd] [raʊnd] [ɪn] [ʃeɪp] .
about one - half an inch thick and round in shape .
关于 一 - 一半 一个 英寸 厚的 和 圆形的 在 形状 .

厚度约半英寸，形状为圆形。

[pʊt] [ðiːz] [ɪn][ðə; ði] ['fraɪɪŋ] - [pæn] , [wʌn] [piːs] [nɪr] [ðə; ði] ['ʌðər] , [soʊ][ðə; ði] ['bɑːtəm] [ʃæl; ʃəl][biː; bi]
Put these in the frying - pan , one piece near the other , so the bottom shall be
放 这些 在 这 煎炸 - 平底锅 , 一 片 靠近 这 其他 , 所以 这 底部 将 是
['kʌvərd] .
covered .
涵盖 .

将这些食材放入煎锅中，一块挨着一块，这样锅底就能被食材覆盖。

['sprɪŋk(ə)l][ɑːn][sɔːlt][ænd; ənd] ['pepər] , [ænd; ənd][pʊt][ˌaɪ 'tiː][ɑːn][ðə; ði]['faɪər] .
Sprinkle on salt and pepper , and put it on the fire .
撒 在 盐 和 胡椒 , 和 放 它 在 这 火 .

撒上盐和胡椒粉，放在火上烤。

[wen] [ðə; ði][fɪ'leɪz][ɑːr; ər] [kʊkt] [ɑːn][wʌn][saɪd] , [tɜːrn][ðem; ðəm]['oʊvər][ɑːn][ðə; ði] ['ʌðər] ,
When the filets are cooked on one side , turn them over on the other ,
什么时候 这 鱼片 是 煮熟 在 一 边 , 转动 他们 超过 在 这 其他 ,

鱼片一面煎熟后，翻面煎另一面。

[bʌt; bət][wɪð; wɪθ] [ker] , [soʊ][ðə; ði] [ɪn'griːdiənts] [æt; ət][ðə; ði] ['bɑːtəm] [ʌv; əv][ðə; ði][pæn] [wɪl] [stɪk] [tuː; tə]
but with care , so the ingredients at the bottom of the pan will stick to
但 和 关心 , 所以 这 原料 在 这 底部 的 这 平底锅 将要 戳 到
[ðə; ði] [miːt] .
the meat .
这 肉 .

但要小心，让锅底的食材粘在肉上。

[wen] [ðə; ðiˌ][fɪˈleɪz][ɑːr; ər] [kʊkt] [ɑːn][bəuθ][saɪdz] , [skwiːz] [ɑːn][ðə; ðiˌ][dʒuːs][ʌv; əv][hæf][ə; eɪ]['leмən]

When	the	filets	are	cooked	on	both	sides	,	squeeze	on	the	juice	of	half	a	lemon
什么时候	这	鱼片	是	煮熟	在	两个都	侧面	,	挤	在	这	汁	的	一半	一个	柠檬

,

,

,

鱼片两面煎熟后，挤上半个柠檬的汁。

[ænd; əndˌ][ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [miːt] [stɑːk] .

and	add	a	little	meat	stock	.
和	添加	一个	小的	肉	库存	.

再加一点肉汤。

[pʊt][ðə; ðiˌ][fɪˈleɪz][ɑːn][ə; eɪ]['plætər] , [ænd; ənd] [pɔːr] ['oʊvər][ðem; ðəm][ðer; ðər] [sɔːs] ,

Put	the	filets	on	a	platter	,	and	pour	over	them	their	sauce	,
放	这	鱼片	在	一个	拼盘	,	和	倒	超过	他们	他们的	酱	,

将鱼片放在盘子里，淋上酱汁。

[ænd; ənd] [sɜːrv] [wɪð; wɪθ] ['kruːtɔnz] ([fraɪd] [bred]) .

and	serve	with	croutons	(	fried	bread	)	.
和	服务	和	烤面包丁	(	油煎	面包	)	.

配上烤面包丁（炸面包）。

[ɪnvoʊltiːni] [ʌv; əv] [biːf] " ['ɑːlə] [sɪˌsɪli'ɑːnə]

INVOLTINI	OF	BEEF	"	ALLA	SICILIANA
卷	的	牛肉	"	阿拉	西西里

阿拉西西里牛肉 Involtini

" [teɪk] [θriː] - ['kwɔːrtərz][ʌv; əv][ə; eɪ] [paʊnd] [ʌv; əv] [biːf] , [tuː] ['aʊnsɪz] [ʌv; əv][hæm] ,

"	Take	three	-	quarters	of	a	pound	of	beef	,	two	ounces	of	ham	,
"	拿	三	-	四分之一	的	一个	磅	的	牛肉	,	二	盎司	的	火腿	,

取四分之三磅牛肉，两盎司火腿，

[wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['bʌtər] ([ɔːr][wʌn] - [hæf] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv][lɑːrd]) , [sʌm; səm] [bred] ,

one	tablespoon	of	butter	(	or	one	-	half	tablespoon	of	lard	)	,	some	bread	,
一	汤匙	的	黄油	(	或者	一	-	一半	汤匙	的	猪油	)	,	一些	面包	,

[sʌm; səm] ['pɑːrsli] ,

some	parsley	,
一些	香菜	,

一汤匙黄油（或半汤匙猪油），一些面包，一些欧芹，

[ænd; ənd][ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv]['ʌnjən] .

and	a	piece	of	onion	.
和	一个	片	的	洋葱	.

还有一块洋葱。

[tʃɑːp] [ʌp][ðə; ðiˌ]['ʌnjən] [faɪn][ænd; ənd][pʊt][ˌaɪ 'tiː][ɪn][ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ][ðə; ðiˌ] ['bʌtər] ([ɔːr][lɑːrd])

Chop	up	the	onion	fine	and	put	it	in	a	saucepan	with	the	butter	(	or	lard	)
劈	向上	这	洋葱	美好的	和	放	它	在	一个	平底锅	和	这	黄油	(	或者	猪油	)

.

:

.

将洋葱切碎，放入平底锅中，加入黄油（或猪油）。

[wen] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['kʌlərd] , [pʊt][ɪn][ðə; ðiˌ] ['pɑːrsli] [ænd; ənd][ðə; ðiˌ][hæm][kʌt][ʌp]['ɪntuː]['lɪt(ə)l] ['piːsɪz] ,

When	it	is	colored	,	put	in	the	parsley	and	the	ham	cut	up	into	little	pieces	,
什么时候	它	是	有色	,	放	在	这	香菜	和	这	火腿	切	向上	进入	小的	件	,

待其上色后，加入欧芹和切成小块的火腿。

[æt; ət][ðə; ðiˌ] [seɪm] [taɪm][ˌeɪ diː 'diː][ðə; ðiˌ] [bred] [kʌt] [ʌp]['ɪntuː] [θriː] [ɔːr] [fɔːr] [smɔːl] [daɪs] ,

at	the	same	time	add	the	bread	cut	up	into	three	or	four	small	dice	,
在	这	相同的	时间	添加	这	面包	切	向上	进入	三	或者	四	小的	骰子	,

同时加入切成三四小丁的面包，

[sɔːlt] , ['pepər] , [ænd; ənd][ə; eɪ] [dæʃ] [ʌv; əv] ['nʌtmeg] .

salt	,	**pepper**	,	**and**	**a**	**dash**	**of**	**nutmeg**	.
盐	,	胡椒	,	和	一个	短跑	的	肉豆蔻	.

盐、胡椒粉和少许肉豆蔻粉。

[mɪks][ɔːl] [tə'geðər] [wel] .

Mix	**all**	**together**	**well**	.
混合	全部	一起	出色地	.

将所有材料充分混合。

[kʌt] [ðə; ði] [miːt] ['ɪntuː][sɪks]['slaɪsɪz] , [paʊnd] [ðem; ðəm][tuː; tə]['flæt(ə)n] [aʊt] ; [sɔːlt] ['slaɪtli] ,

Cut	**the**	**meat**	**into**	**six**	**slices**	,	**pound**	**them**	**to**	**flatten**	**out**	;	**salt**	**slightly**	,
切	这	肉	进入	六	切片	,	磅	他们	到	压平	出去	;	盐	轻微地	,

将肉切成六片，拍扁；略加盐调味。

[ænd; ənd] [wen] [ðə; ði] ['ʌðər] [ɪn'griːdiənts] [ɑːr; ər] [kʊkt] , [pʊt][ə; eɪ]['pɔːrʃ(ə)n][ɑːn] [iːtʃ] [slaɪs][ʌv; əv]

and	**when**	**the**	**other**	**ingredients**	**are**	**cooked**	,	**put**	**a**	**portion**	**on**	**each**	**slice**	**of**
和	什么时候	这	其他	原料	是	煮熟	,	放	一个	部分	在	每个	片	的

[miːt] .

meat	.
肉	.

等其他配料煮熟后，将一部分放在每片肉上。

[ðen] [roʊl][ʌp][ðə; ði] [miːt] [laɪk] ['sɒsɪdʒɪz] , [pʊt][ðem; ðəm][ɑːn] ['skjuːəz] ,

Then	**roll**	**up**	**the**	**meat**	**like**	**sausages**	,	**put**	**them**	**on**	**skewers**	,
然后	卷	向上	这	肉	喜欢	香肠	,	放	他们	在	烤串	,

然后把肉卷成香肠状，串在烤肉签上。

['ɔːltərneɪtɪŋ] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv] [fraɪd] [bred] [ʌv; əv][ðə; ði] [seɪm] [saɪz] .

alternating	**with**	**a**	**piece**	**of**	**fried**	**bread**	**of**	**the**	**same**	**size**	.
交替	和	一个	片	的	油煎	面包	的	这	相同的	尺寸	.

与一块同样大小的炸面包交替食用。

['bʌtər] [wel] , [roʊl][ɪn] [freʃ] [bred] [krʌmz] , [ænd; ənd] [brɔɪl] [ɑːn][ðə; ði]['grɪdaɪərn]['oʊvər][ə; eɪ] [sloʊ]

Butter	**well**	,	**roll**	**in**	**fresh**	**bread**	**crumbs**	,	**and**	**broil**	**on**	**the**	**gridiron**	**over**	**a**	**slow**
黄油	出色地	,	卷	在	新鲜的	面包	面包屑	,	和	烤	在	这	烤架	超过	一个	慢的

['faɪər] .

fire	.
火	.

涂抹足黄油，裹上新鲜面包屑，在烤架上用小火烤制。

[ðiːz] [ɑːr; ər][naɪs] [sɜːrvd] [wɪð; wɪθ]['sæləd] .

These	**are**	**nice**	**served**	**with**	**salad**	.
这些	是	好的	服务	和	沙拉	.

这些配沙拉吃很不错。

[pɑːlpɛtoʊn] " ['ɑːlə] ['nɑpəli'tɑnə]

POLPETTONE	**"**	**ALLA**	**NAPOLITANA**
波尔佩托内	"	阿拉	那不勒斯

那不勒斯风味肉丸

" [teɪk] [θriː] - ['kwɔːrtərz][ʌv; əv][ə; eɪ] [paʊnd] [ʌv; əv] [liːn] [biːf] [wɪ'ðaʊt] [skɪn] [ɔːr] [boʊnz] [frʌm; frəm]

"	**Take**	**three**	**-**	**quarters**	**of**	**a**	**pound**	**of**	**lean**	**beef**	**without**	**skin**	**or**	**bones**	**from**
"	拿	三	-	四分之一	的	一个	磅	的	倾斜	牛肉	没有	皮肤	或者	骨头	从

[ðə; ði] [rʌmp] - [steɪk] ,

the	**rump**	**-**	**steak**	,
这	臀部	-	牛排	,

"取四分之三磅去皮去骨的瘦牛肉，取自牛臀肉牛排，

['flæt(ə)n][ˌaɪ 'tiː][aʊt][wɪð; wɪθ][ə; eɪ] [naɪf] [ɪn][ə; eɪ] ['mænər] [tuː; tə]['waɪd(ə)n][ˌaɪ 'tiː] [wɪ'ðaʊt] ['terɪŋ] [ðə; ði]

flatten	**it**	**out**	**with**	**a**	**knife**	**in**	**a**	**manner**	**to**	**widen**	**it**	**without**	**tearing**	**the**
压平	它	出去	和	一个	刀	在	一个	方式	到	扩大	它	没有	撕裂	这

[miːt] .

meat	**.**
肉	.

用刀将其压扁，使其变宽，但不要撕破肉。

[sɔːlt][ænd; ənd] ['pepər] [ˌaɪ 'tiː] .

Salt	**and**	**pepper**	**it**	**.**
盐	和	胡椒	它	.

加盐和胡椒粉。

[ðen] [teɪk] [wʌn][ænd; ənd][wʌn] - [hæf] ['aʊnsɪz] [ʌv; əv][hæm] , [fæt][ænd; ənd] [liːn] ,

Then	**take**	**one**	**and**	**one**	**-**	**half**	**ounces**	**of**	**ham**	**,**	**fat**	**and**	**lean**	**,**
然后	拿	一	和	一	-	一半	盎司	的	火腿	,	胖的	和	倾斜	,

然后取1.5盎司火腿，肥瘦相间，

[ænd; ənd] [tʃɑːp] [ˌaɪ 'tiː][ʌp] [faɪn] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [piːs] [ʌv; əv] ['ʌnjən] , [sʌm; səm] ['pɑːrsli] , [ænd; ənd]

and	**chop**	**it**	**up**	**fine**	**with**	**a**	**little**	**piece**	**of**	**onion**	**,**	**some**	**parsley**	**,**	**and**
和	劈	它	向上	美好的	和	一个	小的	片	的	洋葱	,	一些	香菜	,	和

[sʌm; səm] [taɪm] ,

some	**thyme**	**,**
一些	百里香	,

把它切碎，再加入一小块洋葱、一些欧芹和一些百里香。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː] [twaɪs] [ɪts] ['vɑːljəm] [ʌv; əv] [freʃ] [bred] [krʌmz] ([wɪtʃ] [hæv; həv] [bɪn] ['dɪpt] [ɪn]

then	**add**	**twice**	**its**	**volume**	**of**	**fresh**	**bread**	**crumbs**	**(**	**which**	**have**	**been**	**dipped**	**in**
然后	添加	两次	它是	体积	的	新鲜的	面包	面包屑	(	哪个	有	到过	浸入	在

['wɔːtər][ænd; ənd] [skwiːzd] [aʊt]) .

water	**and**	**squeezed**	**out**	**)**	**.**
水	和	挤压	出去	)	.

然后加入两倍体积的新鲜面包屑（用清水浸过并挤干水分）。

[wen] [ðə; ði] [bred] [hæz; həz] [bɪn] [wel] [mɪkst] [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði][joʊk][ʌv; əv][wʌn] [eg] [ænd; ənd][mɪks]

When	**the**	**bread**	**has**	**been**	**well**	**mixed**	**add**	**the**	**yolk**	**of**	**one**	**egg**	**and**	**mix**
什么时候	这	面包	有	到过	出色地	混合	添加	这	蛋黄	的	一	蛋	和	混合

[ə'gen] [wel] ,

again	**well**	**,**
再次	出色地	,

面包粉搅拌均匀后，加入一个蛋黄，再次搅拌均匀。

[spred] [ðɪs] ['mɪkstʃər] [ɔːl]['oʊvər][ðə; ði] ['sɜːrfɪs] [ʌv; əv][ðə; ði] [biːf] , ['levlɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][ɔːf][wɪð; wɪθ][ə; eɪ]

spread	**this**	**mixture**	**all**	**over**	**the**	**surface**	**of**	**the**	**beef**	**,**	**leveling**	**it**	**off**	**with**	**a**
传播	这	混合物	全部	超过	这	表面	的	这	牛肉	,	水平	它	离开	和	一个

[naɪf] .

knife	**.**
刀	.

将混合物均匀涂抹在牛肉表面，用刀抹平。

[ðen] ['sprɪŋk(ə)l][ɑːn][ə; eɪ] [fjuː] ['reɪzɪnz] , [ænd; ənd] [ðen] [roʊl][ʌp][ðə; ði] [miːt] [laɪk][ə; eɪ][sɪ'gɑːr] ,

Then	**sprinkle**	**on**	**a**	**few**	**raisins**	**,**	**and**	**then**	**roll**	**up**	**the**	**meat**	**like**	**a**	**cigar**	**,**
然后	撒	在	一个	很少	葡萄干	,	和	然后	卷	向上	这	肉	喜欢	一个	雪茄	,

然后撒上一些葡萄干，再把肉卷成雪茄状。

[bʌt; bət] [bɪgə(r)] [ɪn][ðə; ði]['mɪd(ə)l][ðæn; ðən][æt; ət][ðə; ði]['ɛndz] .

but	**bigger**	**in**	**the**	**middle**	**than**	**at**	**the**	**ends**	**.**
但	大	在	这	中间	比	在	这	结束	.

但中间比两端粗。

[taɪ][ˌaɪ 'tiː][ʌp] [ðen] , ['krɔːswaɪz] [ænd; ənd]['leŋkθwaɪz; 'leŋθwaɪz] ,

Tie	it	up	then	,	crosswise	and	lengthwise	,
领带	它	向上	然后	,	横向	和	纵向	,

然后横向和纵向地捆扎起来。

[ænd; ənd] [braʊn] [ˌaɪ 'tiː][ɪn][ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][lɑːrd][ænd; ənd][sʌm; səm][hæm] .

and	brown	it	in	a	saucepan	with	a	little	lard	and	some	ham	.
和	棕色的	它	在	一个	平底锅	和	一个	小的	猪油	和	一些	火腿	.

用少许猪油和一些火腿在平底锅里煎至棕色。

[æz; əz] [suːn] [æz; əz][ˌaɪ 'tiː] ['kʌlɚz] [ˌeɪ diː 'diː][sʌm; səm] [tʃɑːpt] - [ʌp] ['piːsɪz] [ʌv; əv]['ʌnjən] , ['seləri] ,

As	soon	as	it	colors	add	some	chopped	-	up	pieces	of	onion	,	celery	,
作为	很快	作为	它	颜色	添加	一些	切碎	-	向上	件	的	洋葱	,	芹菜	,

['kærət] , [ænd; ənd][wʌn][kloʊv] .

carrot	,	and	one	clove	.
胡萝卜	,	和	一	丁香	.

蔬菜上色后，加入切碎的洋葱、芹菜、胡萝卜和一瓣大蒜。

[wen] [ðiːz] ['vedʒtəb(ə)lz][ɑːr; ər] [kʊkt] [ˌeɪ diː 'diː] ['sevrəl] ['piːsɪz] [ʌv; əv][tə'meɪtoʊ] ,

When	these	vegetables	are	cooked	add	several	pieces	of	tomato	,
什么时候	这些	蔬菜	是	煮熟	添加	一些	件	的	番茄	,

这些蔬菜煮熟后，加入几块西红柿。

[ænd; ənd][let][ðə; ði] [miːt] ['sɪmər] [fɔːr; fər][ə'baʊt] [tuː] ['aʊərz] , ['beɪstɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [naʊ] [ænd; ənd] [ðen] .

and	let	the	meat	simmer	for	about	two	hours	,	basting	it	now	and	then	.
和	让	这	肉	煨	为了	关于	二	小时	,	涂抹	它	现在	和	然后	.

让肉慢炖约两个小时，期间不时地刷上酱汁。

[wen] [ðə; ði] [miːt] [ɪz] [kʊkt] [rɪ'muːv] [ðə; ði] [strɪŋ] , [pleɪs] [ðə; ði] [pɑːlpɛtoʊn] [ɑːn][ə; eɪ] ['plætər] ,

When	the	meat	is	cooked	remove	the	string	,	place	the	polpettone	on	a	platter	,
什么时候	这	肉	是	煮熟	消除	这	细绳	,	地方	这	波尔佩托内	在	一个	拼盘	,

肉煮熟后，取下绳子，将肉丸放在盘子上。

[streɪn][ðə; ði] [sɔːs] [θruː] [ə; eɪ] [sɪv] , [pɔːr] [ˌaɪ 'tiː]['oʊvər][ðə; ði] [miːt] , [ænd; ənd] [sɜːrv] .

strain	the	sauce	through	a	sieve	,	pour	it	over	the	meat	,	and	serve	.
拉紧	这	酱	通过	一个	筛	,	倒	它	超过	这	肉	,	和	服务	.

将酱汁用筛子过滤，淋在肉上，即可食用。

[ˌboʊˌkɔːn'tʃiːni]

BOCCONCINI

小马苏里拉奶酪

博孔奇尼

[kʌt] [ʌp][ðə; ði] [miːt] , [læm] , [viːl] , ['mʌt(ə)n] , [ɔːr] [freʃ] [pɔːrk]['ɪntuː] ['piːsɪz] [ə'baʊt] [tuː] [ɪntʃɪz] [waɪd]

Cut	up	the	meat	,	lamb	,	veal	,	mutton	,	or	fresh	pork	into	pieces	about	two	inches	wide
切	向上	这	肉	,	羊肉	,	小牛肉	,	羊肉	,	或者	新鲜的	猪肉	进入	件	关于	二	英寸	宽的

.

:

.

将肉、羊肉、小牛肉、绵羊肉或新鲜猪肉切成约两英寸宽的块。

['sprɪŋk(ə)l][ɑːn][sɔːlt][ænd; ənd] ['pepər] [ænd; ənd][pʊt][ðem; ðəm][ə'saɪd] .

Sprinkle	on	salt	and	pepper	and	put	them	aside	.
撒	在	盐	和	胡椒	和	放	他们	旁边	.

撒上盐和胡椒粉，放在一旁备用。

[ðen] [kʌt] [æn; ən]['iːkwəl] ['nʌmbər] [ʌv; əv] ['piːsɪz] [ʌv; əv] [bred] [ə'baʊt][wʌn] - [hæf] [ɪntʃ] [θɪk] ,

Then	cut	an	equal	number	of	pieces	of	bread	about	one	-	half	inch	thick	,
然后	切	一个	平等的	数字	的	件	的	面包	关于	一	-	一半	英寸	厚的	,

然后切出数量相等的、厚度约为半英寸的面包片，

[ænd; ənd][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][bɪt] [bɪgə(r)] [ðen] [ðə; ðɪ] ['piːsɪz] [ʌv; əv] [miːt] .

and	a	little	bit	bigger	then	the	pieces	of	meat	.
和	一个	小的	少量	大	然后	这	件	的	肉	.

比肉块稍大一些。

[nekst] [kʌt] ['piːsɪz] [ʌv; əv][hæm] , [fæt][ænd; ənd] [liːn] , [ðə; ðɪ] [seɪm] [saɪz][æz; əz][ðə; ðɪ] ['piːsɪz] [ʌv; əv] [miːt] ,

Next	cut	pieces	of	ham	,	fat	and	lean	,	the	same	size	as	the	pieces	of	meat	,
下一个	切	件	的	火腿	,	胖的	和	倾斜	,	这	相同的	尺寸	作为	这	件	的	肉	,

接下来，将火腿切成与肉块大小相同的块，肥肉和瘦肉都要切。

[bʌt; bət] ['dʌb(ə)l] [ðə; ðɪ] ['nʌmbər] .

but	double	the	number	.
但	双倍的	这	数字	.

但数量要翻倍。

[ðen] [teɪk] [ə; eɪ] ['skjuːər] ([ɔːr] [tuː] [ɪf] [wʌn][ɪz][nɑːt] [sə'fɪʃ(ə)nt]) ,

Then	take	a	skewer	(	or	two	if	one	is	not	sufficient	)	,
然后	拿	一个	烤肉串	(	或者	二	如果	一	是	不是	充足的	)	,

然后取一根烤肉串（如果一根不够用，就用两根），

[ænd; ənd] [pʊt] [ɑːn][ˌaɪ 'tiː][fɜːrst][ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv] [bred] , [ðen] [ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv][hæm] ,

and	put	on	it	first	a	piece	of	bread	,	then	a	piece	of	ham	,
和	放	在	它	第一的	一个	片	的	面包	,	然后	一个	片	的	火腿	,

先放一片面包，再放一片火腿。

[ðen] [ə; eɪ] [liːf] [ʌv; əv][seɪdʒ] , [ðen] [wʌn][ʌv; əv][ðə; ðɪ] ['piːsɪz] [ʌv; əv] [miːt] , [ðen] [ə'nʌðər] [liːf] [ʌv; əv] [seɪdʒ] ,

then	a	leaf	of	sage	,	then	one	of	the	pieces	of	meat	,	then	another	leaf	of	sage	,
然后	一个	叶子	的	圣人	,	然后	一	的	这	件	的	肉	,	然后	其他	叶子	的	圣人	,

然后放一片鼠尾草叶，然后放一块肉，然后放另一片鼠尾草叶。

[ðen] [ðə; ðɪ][hæm] , [ðen] [ðə; ðɪ] [bred] , [ænd; ənd][soʊ][ɑːn][ɪn] [ðɪs] ['ɔːrdər] ,

then	the	ham	,	then	the	bread	,	and	so	on	in	this	order	,
然后	这	火腿	,	然后	这	面包	,	和	所以	在	在	这	命令	,

然后是火腿，然后是面包，以此类推，按这个顺序来。

['hævɪŋ] ['ɔːlweɪz] [ðə; ðɪ] [miːt] [bɪ'twiːn] [tuː] [liːvz] [ʌv; əv][seɪdʒ] , [tuː] ['slaɪsɪz][ʌv; əv][hæm] ,

having	always	the	meat	between	two	leaves	of	sage	,	two	slices	of	ham	,
拥有	总是	这	肉	之间	二	树叶	的	圣人	,	二	切片	的	火腿	,

始终将肉夹在两片鼠尾草叶和两片火腿之间，

[ænd; ənd] [tuː] ['piːsɪz] [ʌv; əv] [bred] .

and	two	pieces	of	bread	.
和	二	件	的	面包	.

还有两片面包。

[koʊt] ['evriθɪŋ] [wel] , [ænd; ənd] [ɪ'speʃəli] [ðə; ðɪ] [bred] , [wɪð; wɪθ] ['ɑːlɪv] - [ɔɪl][ɔːr][meltid] ['bʌtər] ,

Coat	everything	well	,	and	especially	the	bread	,	with	olive	-	oil	or	melted	butter	,
外套	一切	出色地	,	和	尤其	这	面包	,	和	橄榄	-	油	或者	融化	黄油	,

将所有食材，尤其是面包，均匀涂抹上橄榄油或融化的黄油。

[ænd; ənd] [ðen] [brɔɪl] [ðem; ðəm]['oʊvər][ə; eɪ][hɑːt]['faɪər][fɔːr; fər][ə; eɪ] [gʊd] [wʌn] - ['kwɔːrtər][ʌv; əv][æn; ən] ['aʊər] ,

and	then	broil	them	over	a	hot	fire	for	a	good	one	-	quarter	of	an	hour	,
和	然后	烤	他们	超过	一个	热的	火	为了	一个	好的	一	-	四分之一	的	一个	小时	,

然后放在旺火上烤一个半小时。

['tɜːrnɪŋ] [ðem; ðəm] ['kɑːnstəntli] [ʌn'tɪl] [ðeɪ] [ɑːr; ər] ['kʌlərd] [ə; eɪ]['goʊldən] [braʊn] [ænd; ənd][ɑːr; ər][krɪsp]

turning	them	constantly	until	they	are	colored	a	golden	brown	and	are	crisp
转弯	他们	不断地	直到	他们	是	有色	一个	金的	棕色的	和	是	脆

.

:

.

不断翻动，直到它们变成金棕色且酥脆。

[ɪf] [prɪ'fɜːrd] , [ðiːz] [kæn; kən][biː; bi] [kʊkt] [ɪn][ðə; ði]['ʌv(ə)n] .

If	preferred	,	these	can	be	cooked	in	the	oven	.
如果	首选	,	这些	能	是	煮熟	在	这	烤箱	.

如果喜欢，也可以用烤箱烹制。

[pʊt][ðem; ðəm][ɑːn] ['sevrəl] ['wʊd(ə)n] ['skjuːəz] ,

Put	them	on	several	wooden	skewers	,
放	他们	在	一些	木制的	烤串	,

把它们串在几根木签上，

[ænd; ənd] [leɪ] [ðem; ðəm][ɪn][ə; eɪ][pæn][ænd; ənd] [kʊk] [ʌn'tɪl] [braʊn] [ænd; ənd][krɪsp] .

and	lay	them	in	a	pan	and	cook	until	brown	and	crisp	.
和	躺	他们	在	一个	平底锅	和	厨师	直到	棕色的	和	脆	.

将它们放入平底锅中，煎至金黄酥脆。

[sɜːrv] [wɪð; wɪθ] ['letɪs] ['sæləd] .

Serve	with	lettuce	salad	.
服务	和	莴苣	沙拉	.

配生菜沙拉食用。

[miːt] [wɪð; wɪθ] ['rɪbən] [ˌmækə'roʊni]

MEAT	WITH	RIBBON	MACARONI
肉	和	丝带	通心粉

肉配宽面条

[teɪk] [ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv][hæm][fæt] , [wʌn]['fɪŋgər] [haɪ] [ænd; ənd] [fɔːr] ['fɪŋgərz] [waɪd] ,

Take	a	piece	of	ham	fat	,	one	finger	high	and	four	fingers	wide	,
拿	一个	片	的	火腿	胖的	,	一	手指	高的	和	四	手指	宽的	,

取一块火腿肥肉，大约一指高，四指宽，

[tʃɑːp] [ʌp] [faɪn] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv]['ʌnjən] , [piːs] [ʌv; əv] ['seləri] , [piːs] [ʌv; əv] ['kærət] ,

chop	up	fine	with	a	piece	of	onion	,	piece	of	celery	,	piece	of	carrot	,
劈	向上	美好的	和	一个	片	的	洋葱	,	片	的	芹菜	,	片	的	胡萝卜	,

切碎，包括一块洋葱、一块芹菜、一块胡萝卜。

[ænd; ənd][pʊt]['ɪntuː][ə; eɪ] ['sɔːspæn] .

and	put	into	a	saucepan	.
和	放	进入	一个	平底锅	.

然后放入平底锅中。

[teɪk] [θriː] - ['kwɔːrtərz][ʌv; əv][ə; eɪ][paʊnd][ʌv; əv] [miːt] , ['iːðər] [læm] , [viːl] , [biːf] , [ɔːr] [freʃ] [pɔːrk]

Take	three	-	quarters	of	a	pound	of	meat	,	either	lamb	,	veal	,	beef	,	or	fresh	pork
拿	三	-	四分之一	的	一个	磅	的	肉	,	任何一个	羊肉	,	小牛肉	,	牛肉	,	或者	新鲜的	猪肉

,

,

,

取四分之三磅肉，可以是羊肉、小牛肉、牛肉或新鲜猪肉。

[kʌt] [ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː] ['sevrəl] ['piːsɪz] , [sɔːlt][ænd; ənd] ['pepər] [ˌaɪ 'tiː] , [ænd; ənd][pʊt][ə; eɪ] [pɪntʃ] [ʌv; əv]

cut	it	into	several	pieces	,	salt	and	pepper	it	,	and	put	a	pinch	of
切	它	进入	一些	件	,	盐	和	胡椒	它	,	和	放	一个	捏	的

['ɔːlspaɪs] ,

allspice	,
多香果	,

切成几块，撒上盐和胡椒粉，再放一小撮五香粉。

[ðen] [pʊt] [ˌaɪ 'tiː] ['ɪntuː] [ðə; ði] ['sɔːspæn] ; [kʊk] [ˌaɪ 'tiː] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [wel] ['kʌlərd] ,

then	put	it	into	the	saucepan	;	cook	it	until	it	is	well	colored	,
然后	放	它	进入	这	平底锅	;	厨师	它	直到	它	是	出色地	有色	,

然后将其放入平底锅中；煮至上色即可。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] [red] [ɔːr] [waɪt] [waɪn] .

then	add	two	tablespoons	of	red	or	white	wine	.
然后	添加	二	汤匙	的	红色的	或者	白色的	葡萄酒	.

然后加入两汤匙红葡萄酒或白葡萄酒。

[wen] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [əb'zɔːrbd] [ˌeɪ diː 'diː] [wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] [tə'meɪtoʊ] [peɪst] , [dɪ'zɑːlvd] [ɪn] ['wɔːtər] ,

When	it	is	absorbed	add	one	tablespoon	of	tomato	paste	,	dissolved	in	water	,
什么时候	它	是	吸收	添加	一	汤匙	的	番茄	粘贴	,	溶解	在	水	,

待汤汁被吸收后，加入一汤匙溶于水的番茄酱。

[ɔːr] [tə'meɪtoʊ] [sɔːs] [ʌv; əv] [freʃ] [tə'meɪtoʊz] ([rɪ'siːt] [tə'meɪtoʊ] [sɔːs] [noʊ] . [wʌn]) .

or	tomato	sauce	of	fresh	tomatoes	(	receipt	Tomato	Sauce	No	.	1	)	.
或者	番茄	酱	的	新鲜的	西红柿	(	收据	番茄	酱	不	.	1	)	.

或者用新鲜番茄制作的番茄酱（番茄酱配方 1）。

[kʊk] ['oʊvər] [ə; eɪ] ['mɑːdərət] ['faɪər] , [wʌn] ['aʊər] [lɔːŋgər] [ɪf] [ðə; ði] [miːt] [ɪz] [viːl] [ɔːr] [læm] ,

Cook	over	a	moderate	fire	,	one	hour	longer	if	the	meat	is	veal	or	lamb	,
厨师	超过	一个	缓和	火	,	一	小时	更长	如果	这	肉	是	小牛肉	或者	羊肉	,

用中火烹煮，如果是小牛肉或羊肉，则需多煮一个小时。

[ænd; ənd] [wʌn] [ænd; ənd] [wʌn] - [hæf] ['aʊərz] [tuː; tə] [tuː] ['aʊərz] [fɔːr; fər] [pɔːrk] [ɔːr] [biːf] , ['ædɪŋ] ['wɔːtər]

and	one	and	one	-	half	hours	to	two	hours	for	pork	or	beef	,	adding	water
和	一	和	一	-	一半	小时	到	二	小时	为了	猪肉	或者	牛肉	,	添加	水

[ɪf] ['nesəseri] .

if	necessary	.
如果	必要的	.

猪肉或牛肉需要炖煮一个半小时到两个小时，必要时可加水。

[ðɪs] [miːt] [kæn; kən] [biː; bi] [sɜːrvd] [wɪð; wɪθ] ['rɪbən] [ˌmækə'roʊni] .

This	meat	can	be	served	with	Ribbon	Macaroni	.
这	肉	能	是	服务	和	丝带	通心粉	.

这道肉可以搭配宽面条食用。

[pʊt] [ðə; ði] [miːt] [ɪn] [ðə; ði] ['mɪd(ə)l] , [ðə; ði] [ˌmækə'roʊni] [ə'raʊnd] [ˌaɪ 'tiː] , [ænd; ənd] [ðə; ði] [sɔːs] ['oʊvər] [ɔːl]

Put	the	meat	in	the	middle	,	the	macaroni	around	it	,	and	the	sauce	over	all
放	这	肉	在	这	中间	,	这	通心粉	大约	它	,	和	这	酱	超过	全部

,

,

,

把肉放在中间，通心粉放在肉的周围，最后淋上酱汁。

['ædɪŋ] [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['greɪtɪd] ['pɑːrməzɑːnˌpɑːrməzæn] [tʃiːz] [tuː; tə] [ðə; ði] [ˌmækə'roʊni] ['æftər]

adding	two	tablespoons	of	grated	Parmesan	cheese	to	the	macaroni	after
添加	二	汤匙	的	磨碎的	帕尔马干酪	奶酪	到	这	通心粉	后

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [bɔɪld] ,

it	is	boiled	,
它	是	煮沸	,

通心粉煮熟后，加入两汤匙磨碎的帕玛森奶酪。

[ænd; ənd] ['mɪksɪŋ] [wel] [bɪ'fɔːr] ['pʊtɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [ɑːn] [ðə; ði] ['plætər] .

and	mixing	well	before	putting	it	on	the	platter	.
和	混合	出色地	前	推杆	它	在	这	拼盘	.

搅拌均匀后再盛入盘中。

['sprɪŋk(ə)l] [ɑːn] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] [mɔːr] [tʃiːz] [bɪ'fɔːr] ['kæriŋ] [tuː; tə] [ðə; ði] ['teɪbl] .

Sprinkle	on	a	little	more	cheese	before	carrying	to	the	table	.
撒	在	一个	小的	更多的	奶酪	前	携带	到	这	桌子	.

端上桌前再撒上一些奶酪。

[ðɪs] [dɪʃ] [kæn; kən][biː; bi] [meɪd] ['iːkwəli] [wel] [wɪð; wɪθ][left] - ['oʊvər] [miːts] [ʌv; əv]['eni][kaɪnd] ,

This	dish	can	be	made	equally	well	with	left	-	over	meats	of	any	kind	,
这	盘子	能	是	制成	同样地	出色地	和	左边	-	超过	肉类	的	任何	种类	,

这道菜用任何种类的剩肉都能做出同样美味的效果。

['tɜːrki] ['biːɪŋ] [ɪ'speʃəli] [gʊd] [sɜːrvd] [ðɪs] [weɪ] .

turkey	being	especially	good	served	this	way	.
火鸡	存在	尤其	好的	服务	这	方式	.

用这种方法烹制的火鸡尤其美味。

['sælədz]

SALADS
沙拉

沙拉

['sæləd] " [del] -

SALAD	"	DEL	PREVOSTO
沙拉	"	del	-

沙拉"DEL PREVOSTO"

" [bɔɪl] [ɪn][ðer; ðər][skɪnz] [θriː] [gʊd] - [saɪzd] [pə'tetoz] , [piːl] [ðem; ðəm][ænd; ənd][slaɪs][ðem; ðəm] ,

"	Boil	in	their	skins	three	good	-	sized	potatoes	,	peel	them	and	slice	them	,
"	熬	在	他们的	皮肤	三	好的	-	尺寸	土豆	,	果皮	他们	和	片	他们	,

将三个个头适中的土豆带皮煮熟，去皮切片，

[ðen] [pʊt][ðem; ðəm]['ɪntuː][ə; eɪ]['sæləd] [boʊl] , [ænd; ənd] [pɔːr] ['oʊvər][ðem; ðəm][wʌn] - [hæf][ə; eɪ] [glæs]

then	put	them	into	a	salad	bowl	,	and	pour	over	them	one	-	half	a	glass
然后	放	他们	进入	一个	沙拉	碗	,	和	倒	超过	他们	一	-	一半	一个	玻璃

[ʌv; əv] [waɪt] [waɪn] .

of	white	wine	.
的	白色的	葡萄酒	.

然后将它们放入沙拉碗中，并在上面浇上半杯白葡萄酒。

[duː] [ðɪs] [ə'baʊt] [tuː] [ɔːr] [θriː] ['aʊərz] [bɪ'fɔːr] [ðeɪ] [ɑːr; ər]['wɑːntɪd] ,

Do	this	about	two	or	three	hours	before	they	are	wanted	,
做	这	关于	二	或者	三	小时	前	他们	是	通缉	,

在需要他们之前两到三个小时这样做，

[soʊ][ðə; ði] [pə'tetoz] [wɪl] [hæv; həv][taɪm] ['θɜːrəli] [tuː; tə][əb'zɔːrb][ðə; ði][waɪn] .

so	the	potatoes	will	have	time	thoroughly	to	absorb	the	wine	.
所以	这	土豆	将要	有	时间	彻底	到	吸收	这	葡萄酒	.

这样土豆就有时间充分吸收葡萄酒的味道了。

[frʌm; frəm][taɪm][tuː; tə][taɪm][mɪks][ðem; ðəm][wɪð; wɪθ][ə; eɪ][fɔːrk][ænd; ənd] [spuːn] [tuː; tə][let][ðə; ði][waɪn]

From	time	to	time	mix	them	with	a	fork	and	spoon	to	let	the	wine
从	时间	到	时间	混合	他们	和	一个	叉	和	勺子	到	让	这	葡萄酒

['pɜːrmieɪt] .

permeate	.
渗透	.

时不时用叉子和勺子搅拌一下，让酒渗入其中。

[ə; eɪ] [fjuː] ['mɪnɪts] [bɪ'fɔːr] [ðə; ði] [miːl] [meɪk] [ə; eɪ] [gʊd] [frentʃ] ['sæləd] ['dresɪŋ] ,

A	few	minutes	before	the	meal	make	a	good	French	salad	dressing	,
一个	很少	分钟	前	这	一顿饭	制作	一个	好的	法语	沙拉	敷料	,

饭前几分钟做一份美味的法式沙拉酱。

[ˌeɪ diː 'diː][sʌm; səm] ['pɪkld] ['pepərz] [kʌt] [ʌp] , [sʌm; səm]['keipəz] , [ænd; ənd][sʌm; səm] [tʃɑːpt] - [ʌp]

add	some	pickled	peppers	cut	up	,	some	capers	,	and	some	chopped	-	up
添加	一些	腌制	辣椒	切	向上	,	一些	刺山柑	,	和	一些	切碎	-	向上

['pɑːrsli] , [pɔːr] [ɑːn][ðə; ði] [frentʃ] ['dresɪŋ] ,

parsley	,	pour	on	the	French	dressing	,
香菜	,	倒	在	这	法语	敷料	,

加入一些切碎的腌辣椒、一些刺山柑和一些切碎的欧芹，淋上法式沙拉酱。

[mɪks][ʌp] [wel] , [ænd; ənd] [sɜːrv] .
mix **up** **well** **,** **and** **serve** **.**
混合 向上出色地 , 和 服务 .

搅拌均匀即可食用。

[ðə; ði] ['kɑːrdɪnəlz] ['sæləd]
THE **CARDINAL'S** **SALAD**
这 红衣主教的 沙拉

红衣主教沙拉

[wɑːʃ] [ə; eɪ] [gʊd] ['letɪs] [ænd; ənd][ə; eɪ] [bʌntʃ] [ʌv; əv]['wɔːtər] - [kres] .
Wash **a** **good** **lettuce** **and** **a** **bunch** **of** **water** **-** **cress** **.**
洗 一个 好的 莴苣 和 一个 束 的 水 - 豆瓣菜 .

洗净一颗新鲜生菜和一把西洋菜。

[kʌt] [ə; eɪ][koʊld] [bɔɪld] [biːf] ['ɪntuː] [strɪps] , [ˌeɪ diː 'diː][sɪks] ['rædɪʃiz] , [tuː] [hɑːrd] - [bɔɪld] [egz]
Cut **a** **cold** **boiled** **beef** **into** **strips** **,** **add** **six** **radishes** **,** **two** **hard** **-** **boiled** **eggs**
切 一个 寒冷的 煮沸 牛肉 进入 条状物 , 添加 六 萝卜 , 二 难的 - 煮沸 鸡蛋
[tʃɑːpt] [ʌp] ,
chopped **up** **,**
切碎 向上 ,

将冷煮牛肉切成条状，加入六个萝卜、两个切碎的煮鸡蛋，

[ænd; ənd][wʌn] [smɔːl] [slaɪst] ['kjuːkʌmbər] .
and **one** **small** **sliced** **cucumber** **.**
和 一 小的 切片 黄瓜 .

还有一小片黄瓜。

[ə'reɪndʒ] [ðə; ði] ['letɪs] - [liːvz] [ɪn][ə; eɪ]['sæləd] - [boʊl] , [mɪks][ðə; ði] ['ʌðər] [ɪn'griːdiənts] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ]
Arrange **the** **lettuce** **-** **leaves** **in** **a** **salad** **-** **bowl** **,** **mix** **the** **other** **ingredients** **with** **a**
安排 这 莴苣 - 树叶 在 一个 沙拉 - 碗 , 混合 这 其他 原料 和 一个
[sə'fɪʃ(ə)nt] ['kwɑːntəti][ʌv; əv] ['meɪəneɪz] [sɔːs] ,
sufficient **quantity** **of** **mayonnaise** **sauce** **,**
充足的 数量 的 蛋黄酱 酱 ,

将生菜叶铺在沙拉碗中，加入其他配料和适量的蛋黄酱拌匀。

[pʊt][ðem; ðəm][ɪn][ðə; ði][mɪdst][ʌv; əv][ðə; ði] ['letɪs] , [ænd; ənd] [sɜːrv] .
put **them** **in** **the** **midst** **of** **the** **lettuce** **,** **and** **serve** **.**
放 他们 在 这 中间 的 这 莴苣 , 和 服务 .

将它们放在生菜中间，即可食用。

['endaɪv,'endɪv] ['sæləd]
ENDIVE **SALAD**
苣荬菜 沙拉

菊苣沙拉

[teɪk] [ə; eɪ] [hed] [ʌv; əv]['endaɪv,'endɪv] , [wɑːʃ] [ˌaɪ 'tiː][ænd; ənd][draɪ][ˌaɪ 'tiː] [wel] , [ænd; ənd][pʊt][ˌaɪ 'tiː]
Take **a** **head** **of** **endive** **,** **wash** **it** **and** **dry** **it** **well** **,** **and** **put** **it**
拿 一个 头 的 苣荬菜 , 洗 它 和 干燥 它 出色地 , 和 放 它
['ɪntuː][ə; eɪ]['sæləd] - [boʊl] .
into **a** **salad** **-** **bowl** **.**
进入 一个 沙拉 - 碗 .

取一颗菊苣，洗净擦干，放入沙拉碗中。

[pɔːr] ['oʊvər][ˌaɪ 'tiː] [θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] [gʊd] ['ɑːlɪv] - [ɔɪl] .
Pour **over** **it** **three** **tablespoons** **of** **good** **olive** **-** **oil** **.**
倒 超过 它 三 汤匙 的 好的 橄榄 - 油 .

淋上三汤匙优质橄榄油。

[mɪks][wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['hʌni] ([ɔːr]['ʃʊgər]) , [wʌn][ʌv; əv] ['vɪnɪgər] , [ænd; ənd][sɔːlt][ænd; ənd]

Mix	**one**	**tablespoon**	**of**	**honey**	**(**	**or**	**sugar**	**)**	**,**	**one**	**of**	**vinegar**	**,**	**and**	**salt**	**and**
混合	一	汤匙	的	蜂蜜	(	或者	糖	)	,	一	的	醋	,	和	盐	和

['pepər] [ɪn][ə; eɪ][kʌp] ,

pepper	**in**	**a**	**cup**	**,**
胡椒	在	一个	杯子	,

将一汤匙蜂蜜（或糖）、一汤匙醋、盐和胡椒粉混合在一个杯子里，

[ænd; ənd] [pɔːr] ['oʊvər][ðə; ði]['sæləd][dʒʌst] [bɪ'fɔːr] ['sɜːrvɪŋ] .

and	**pour**	**over**	**the**	**salad**	**just**	**before**	**serving**	**.**
和	倒	超过	这	沙拉	只是	前	服务	.

在上菜前将酱汁淋在沙拉上。

[ɪ'tæliən] ['sæləd]

ITALIAN	**SALAD**
意大利语	沙拉

意大利沙拉

[kʌt] [wʌn] ['kærət] [ænd; ənd][wʌn]['tɜːrnɪp]['ɪntuː]['slaɪsɪz] , [ænd; ənd] [kʊk] [ðem; ðəm][ɪn] ['bɔɪlɪŋ] [suːp] .

Cut	**one**	**carrot**	**and**	**one**	**turnip**	**into**	**slices**	**,**	**and**	**cook**	**them**	**in**	**boiling**	**soup**	**.**
切	一	胡萝卜	和	一	芜菁	进入	切片	,	和	厨师	他们	在	沸腾	汤	.

将一根胡萝卜和一个芜菁切成片，放入沸腾的汤中煮熟。

[wen] [koʊld] , [mɪks][ðem; ðəm][wɪð; wɪθ] [tuː] [koʊld] [bɔɪld] [pə'tetoz] [ænd; ənd][wʌn] [biːt] [kʌt]['ɪntuː]

When	**cold**	**,**	**mix**	**them**	**with**	**two**	**cold**	**boiled**	**potatoes**	**and**	**one**	**beet**	**cut**	**into**
什么时候	寒冷的	,	混合	他们	和	二	寒冷的	煮沸	土豆	和	一	甜菜	切	进入

[strɪps] .

strips	**.**
条状物	.

冷却后，将它们与两个冷煮土豆和一个切成条状的甜菜根混合。

[ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ] ['veri] ['lɪt(ə)l] [tʃɑːpt] [liːks] [ɔːr] ['ʌnjən] , [pɔːr] [sʌm; səm] [sɔːs] , " [lɔːm'bɑːrdə] " ([siː]

Add	**a**	**very**	**little**	**chopped**	**leeks**	**or**	**onion**	**,**	**pour**	**some**	**sauce**	**,**	**"**	**Lombarda**	**"**	**(**	**see**
添加	一个	非常	小的	切碎	韭菜	或者	洋葱	,	倒	一些	酱	,	"	伦巴第	"	(	看

['sɔːsɪz] ,

Sauces	**,**
酱汁	,

加入少许切碎的韭菜或洋葱，淋上一些"伦巴第"酱汁（参见酱汁，

[peɪdʒ] -) , ['oʊvər][ðə; ði]['sæləd] , [ænd; ənd] ['gɑːrnɪʃ] [wɪð; wɪθ]['wɔːtər] - [kres] .

page	**31**	**)**	**,**	**over**	**the**	**salad**	**,**	**and**	**garnish**	**with**	**water**	**-**	**cress**	**.**
页	-	)	,	超过	这	沙拉	,	和	装饰	和	水	-	豆瓣菜	.

第 31 页），淋在沙拉上，并用西洋菜装饰。

" ['ɑːlə] - " ['sæləd]

"	**ALLA**	**POLLASTRA**	**"**	**SALAD**
"	阿拉	-	"	沙拉

"ALLA POLLASTRA"沙拉

[tʃɑːp] [ʌp][sɪks] ['letɪs] - [liːvz] [ænd; ənd] [θriː] [stɔːks] [ʌv; əv] ['seləri] ,

Chop	**up**	**six**	**lettuce**	**-**	**leaves**	**and**	**three**	**stalks**	**of**	**celery**	**,**
劈	向上	六	莴苣	-	树叶	和	三	茎	的	芹菜	,

切碎六片生菜叶和三根芹菜茎，

[kʌt] [ʌp][ðə; ði] [rɪ'meɪnz] [ʌv; əv][ə; eɪ][koʊld] [faʊl] [ɪn] [smɔːl] ['piːsɪz] ,

cut	**up**	**the**	**remains**	**of**	**a**	**cold**	**fowl**	**in**	**small**	**pieces**	**,**
切	向上	这	遗迹	的	一个	寒冷的	鸡	在	小的	件	,

将剩下的冷禽肉切成小块，

[ænd; ənd][mɪks][wɪð; wɪθ][wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['vɪnɪgər] [ænd; ənd][sɔːlt][ænd; ənd] ['pepər] [ɪn][ə; eɪ]

and	mix	with	one	tablespoon	of	vinegar	and	salt	and	pepper	in	a
和	混合	和	一	汤匙	的	醋	和	盐	和	胡椒	在	一个

['sæləd] [boʊl] .

salad	bowl	.
沙拉	碗	.

将其与一汤匙醋、盐和胡椒粉混合，放入沙拉碗中。

[pɔːr] [ə; eɪ][kʌp][ʌv; əv] ['meɪəneɪz] [sɔːs] ['oʊvər] , [ænd; ənd] ['gɑːrnɪʃ] [wɪð; wɪθ]['kwɔːrtərz][ʌv; əv][hɑːrd] -

Pour	a	cup	of	mayonnaise	sauce	over	,	and	garnish	with	quarters	of	hard	-
倒	一个	杯子	的	蛋黄酱	酱	超过	,	和	装饰	和	四分之一	的	难的	-

[bɔɪld] [eg] ,

boiled	egg	,
煮沸	蛋	,

淋上一杯蛋黄酱，再用四分之一颗煮熟的鸡蛋装饰即可。

[wʌn] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv]['keipəz] , [sɪks] [stoʊnd] ['ɑːlɪvz] , [ænd; ənd][sʌm; səm] [smɔːl] , ['tendər] ['letɪs] -

one	tablespoon	of	capers	,	six	stoned	olives	,	and	some	small	,	tender	lettuce	-
一	汤匙	的	刺山柑	,	六	吸食大麻	橄榄	,	和	一些	小的	,	投标	莴苣	-

[liːvz] .

leaves	.
树叶	.

一汤匙刺山柑，六颗去核橄榄，以及一些嫩嫩的小生菜叶。

" ['ɑːlə] [,mæsi'dwɑːn, ,mɑːsei'dwɑːn] " ['sæləd]

"	ALLA	MACEDOINE	"	SALAD
"	阿拉	马其顿	"	沙拉

“马其顿风味”沙拉

[kʌt] ['ɪntuː] [smɔːl] ['piːsɪz] [wʌn][koʊld] [bɔɪld] [biːt] [ænd; ənd][hæf][æn; ən] ['ʌnjən] .

Cut	into	small	pieces	one	cold	boiled	beet	and	half	an	onion	.
切	进入	小的	件	一	寒冷的	煮沸	甜菜	和	一半	一个	洋葱	.

将一个冷煮甜菜根和半个洋葱切成小块。

[ˌeɪ diː 'diː][sʌm; səm][koʊld] [bɔɪld] [strɪŋ] - [biːnz] , [sʌm; səm][koʊld] [bɔɪld] [ə'spærəgəs] [tɪps] , [tuː]

Add	some	cold	boiled	string	-	beans	,	some	cold	boiled	asparagus	tips	,	two
添加	一些	寒冷的	煮沸	细绳	-	豆子	,	一些	寒冷的	煮沸	芦笋	尖端	,	二

['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv][koʊld] [kʊkt] ['piːz] ,

tablespoons	of	cold	cooked	peas	,
汤匙	的	寒冷的	煮熟	豌豆	,

加入一些冷煮四季豆、一些冷煮芦笋尖、两汤匙冷煮豌豆，

[wʌn][koʊld] [bɔɪld] ['kærət] , [ænd; ənd][sʌm; səm] ['seləri] .

one	cold	boiled	carrot	,	and	some	celery	.
一	寒冷的	煮沸	胡萝卜	,	和	一些	芹菜	.

一根冷煮胡萝卜和一些芹菜。

[mɪks][ðem; ðəm] [tə'geðər] , [ænd; ənd] [pɔːr] ['oʊvər][ɔːl][ə; eɪ] ['meɪəneɪz] [sɔːs] .

Mix	them	together	,	and	pour	over	all	a	mayonnaise	sauce	.
混合	他们	一起	,	和	倒	超过	全部	一个	蛋黄酱	酱	.

将它们混合在一起，然后淋上蛋黄酱。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði][dʒuːs][ʌv; əv][ə; eɪ]['lemən][ænd; ənd] [sɜːrv] .

Add	the	juice	of	a	lemon	and	serve	.
添加	这	汁	的	一个	柠檬	和	服务	.

加入柠檬汁即可食用。

[dɪ'zɜːrts]

DESSERTS
甜点

甜点

['tʃesnʌt]	['frɪtərz]
CHESTNUT	**FRITTERS**
板栗	油炸饼

栗子油炸饼

[teɪk]	['twenti]	[gʊd]	['tʃesˌnʌt]	[ænd; ənd]	[roʊst]	[ðem; ðəm]	[ɑːn]	[ə; eɪ]	[sloʊ]	['faɪər]	[soʊ]	[ðæt]	[ðeɪ]	[wəʊnt]
Take	**twenty**	**good**	**chestnuts**	**and**	**roast**	**them**	**on**	**a**	**slow**	**fire**	**so**	**that**	**they**	**won't**
拿	二十	好的	栗子	和	烤	他们	在	一个	慢的	火	所以	那	他们	惯于

['kʌlər]	.
color	**.**
颜色	.

取二十颗上好的栗子，用小火慢烤，以免变色。

[rɪ'muːv]	[ðə; ði]	['ʃɛlz]	[wɪ'ðaʊt]	['breɪkɪŋ]	[ðə; ði]	[nʌts]	,
Remove	**the**	**shells**	**without**	**breaking**	**the**	**nuts**	**,**
消除	这	贝壳	没有	打破	这	坚果	,

剥去果壳，但不要弄碎果仁。

[ænd; ənd]	[pʊt]	[ðem; ðəm]	['ɪntuː]	[ə; eɪ]	['sɔːspæn]	[wɪð; wɪθ]	[wʌn]	['lev(ə)l]	['teɪblspuːn]	[ʌv; əv]	['paʊdərd]
and	**put**	**them**	**into**	**a**	**saucepan**	**with**	**one**	**level**	**tablespoon**	**of**	**powdered**
和	放	他们	进入	一个	平底锅	和	一	等级	汤匙	的	粉末状

['ʃʊgər]	[ænd; ənd]	[wʌn]	-	[hæf]	[glæs]	[ʌv; əv]	[mɪlk]	[ænd; ənd]	[ə; eɪ]	['lɪt(ə)l]	[və'nɪlə]	.
sugar	**and**	**one**	**-**	**half**	**glass**	**of**	**milk**	**and**	**a**	**little**	**vanilla**	**.**
糖	和	一	-	一半	玻璃	的	牛奶	和	一个	小的	香草	.

将它们放入平底锅中，加入一平勺糖粉、半杯牛奶和少许香草精。

['kʌvər]	[ðə; ði]	['sɔːspæn]	[ænd; ənd]	[let]	[ˌaɪ 'tiː]	[kʊk]	['sloʊli]	(	['sɪmər]	)	[fɔːr; fər]	[mɔːr]	[ðæn; ðən]	[ə; eɪ]	[hæf]
Cover	**the**	**saucepan**	**and**	**let**	**it**	**cook**	**slowly**	**(**	**simmer**	**)**	**for**	**more**	**than**	**a**	**half**
覆盖	这	平底锅	和	让	它	厨师	缓慢地	(	煨	)	为了	更多的	比	一个	一半

-	['aʊər]	.
-	**hour**	**.**
-	小时	.

盖上锅盖，小火慢炖半小时以上。

[ðen]	[dreɪn]	[ðə; ði]	['tʃesˌnʌt]	[ænd; ənd]	[pæs]	[ðem; ðəm]	[θruː]	[ə; eɪ]	[sɪv]	.
Then	**drain**	**the**	**chestnuts**	**and**	**pass**	**them**	**through**	**a**	**sieve**	**.**
然后	流走	这	栗子	和	经过	他们	通过	一个	筛	.

然后将栗子沥干水分，用筛子过筛。

[pʊt]	[ðem; ðəm]	[bæk]	[ɪn]	[ə; eɪ]	[boʊl]	[wɪð; wɪθ]	[wʌn]	-	[hæf]	[ə; eɪ]	['teɪblspuːn]	[ʌv; əv]	['bʌtər]	,	[ðə; ði]	[joʊk]
Put	**them**	**back**	**in**	**a**	**bowl**	**with**	**one**	**-**	**half**	**a**	**tablespoon**	**of**	**butter**	**,**	**the**	**yolks**
放	他们	后退	在	一个	碗	和	一	-	一半	一个	汤匙	的	黄油	,	这	蛋黄

[ʌv; əv]	[θriː]	[egz]	,
of	**three**	**eggs**	**,**
的	三	鸡蛋	,

将它们放回碗中，加入半汤匙黄油和三个蛋黄。

[ænd; ənd]	[mɪks]	[wel]	[wɪ'ðaʊt]	['kʊkɪŋ]	.
and	**mix**	**well**	**without**	**cooking**	**.**
和	混合	出色地	没有	烹饪	.

混合均匀，无需烹煮。

[ə'laʊ]	[ðem; ðəm]	[tuː; tə]	[kuːl]	,	[ænd; ənd]	[ðen]	[teɪk]	[ə; eɪ]	[smɔːl]	['pɔːrʃ(ə)n]	[æt; ət]	[ə; eɪ]	[taɪm]	,
Allow	**them**	**to**	**cool**	**,**	**and**	**then**	**take**	**a**	**small**	**portion**	**at**	**a**	**time**	**,**
允许	他们	到	凉爽的	,	和	然后	拿	一个	小的	部分	在	一个	时间	,

待其冷却后，一次取少量食用。

[ðə; ði]	[saɪz]	[ʌv; əv]	[ə; eɪ]	[nʌt]	,	[roʊl]	[ðem; ðəm]	,	[dɪp]	[ðem; ðəm]	[ɪn]	[eg]	,	[ænd; ənd]	[ɪn]	[bred]	[krʌmz]	,
the	**size**	**of**	**a**	**nut**	**,**	**roll**	**them**	**,**	**dip**	**them**	**in**	**egg**	**,**	**and**	**in**	**bread**	**crumbs**	**,**
这	尺寸	的	一个	坚果	,	卷	他们	,	蘸	他们	在	蛋	,	和	在	面包	面包屑	,

将它们搓成坚果大小，滚圆，蘸上蛋液，再裹上面包屑。

[ænd; ənd][fraɪ][ɪn] ['bʌtər] [ænd; ənd][lɑːrd] , [ə; eɪ] [fjuː] [æt; ət][ə; eɪ][taɪm] .

and	fry	in	butter	and	lard	,	a	few	at	a	time	.
和	炒	在	黄油	和	猪油	,	一个	很少	在	一个	时间	.

用黄油和猪油煎炸，一次煎几个。

[sɜːrv] [hɑːt][wɪð; wɪθ] ['paʊdərd] ['ʃʊgər] .

Serve	hot	with	powdered	sugar	.
服务	热的	和	粉末状	糖	.

趁热食用，撒上糖粉。

['tʃesˌnʌt] " ['ɑːlə] [luːtʃiːfɛroʊ]

CHESTNUTS	"	ALLA	LUCIFERO
栗子	"	阿拉	路西法

栗子"ALLA LUCIFERO"

" [teɪk] ['fɔːrti] [gʊd] ['tʃesˌnʌt] [ænd; ənd] [roʊst] [ðem; ðəm]['oʊvər][ə; eɪ] [sloʊ] ['faɪər] .

"	Take	forty	good	chestnuts	and	roast	them	over	a	slow	fire	.
"	拿	四十	好的	栗子	和	烤	他们	超过	一个	慢的	火	.

"取四十颗上好的栗子，用小火烤熟。"

[duː][nɑːt] [ə'laʊ] [ðem; ðəm][tuː; tə] [bɪ'kʌm] [draɪd] [ʌp] [ɔːr] ['kʌlərd] .

Do	not	allow	them	to	become	dried	up	or	colored	.
做	不是	允许	他们	到	变得	干燥	向上	或者	有色	.

不要让它们干枯或变色。

[rɪ'muːv] [ðə; ði] ['ʃɛlz] ['kerfəli] , [pʊt] [ðem; ðəm][ɪn][ə; eɪ] [boʊl] ,

Remove	the	shells	carefully	,	put	them	in	a	bowl	,
消除	这	贝壳	小心	,	放	他们	在	一个	碗	,

小心地剥去蛋壳，放入碗中。

[ænd; ənd] [pɔːr] ['oʊvər][ðem; ðəm][wʌn] - [hæf][ə; eɪ] [glæs] [ʌv; əv] [rʌm] [ænd; ənd] [tuː] [ɔːr] [θriː]

and	pour	over	them	one	-	half	a	glass	of	rum	and	two	or	three
和	倒	超过	他们	一	-	一半	一个	玻璃	的	朗姆酒	和	二	或者	三

['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['paʊdərd] ['ʃʊgər] .

tablespoons	of	powdered	sugar	.
汤匙	的	粉末状	糖	.

然后在上面浇上半杯朗姆酒和两三汤匙糖粉。

[set] ['faɪər][tuː; tə][ðə; ði] [rʌm] [ænd; ənd] [beɪst] [ðə; ði] ['tʃesˌnʌt] ['kɑːnstəntli] [æz; əz] [lɔːŋ] [æz; əz][ðə; ði]

Set	fire	to	the	rum	and	baste	the	chestnuts	constantly	as	long	as	the
放	火	到	这	朗姆酒	和	绷	这	栗子	不断地	作为	长的	作为	这

[rʌm] [wɪl] [bɜːrn] ,

rum	will	burn	,
朗姆酒	将要	烧伤	,

点燃朗姆酒，并不断地用朗姆酒浇淋栗子，直到朗姆酒不再燃烧为止。

['tɜːrnɪŋ] [ðə; ði] ['tʃesˌnʌt] [ə'baʊt] [soʊ] [ðeɪ] [wɪl] [əb'zɔːrb][ðə; ði] [rʌm] [ænd; ənd] [bɪ'kʌm] ['kʌlərd] .

turning	the	chestnuts	about	so	they	will	absorb	the	rum	and	become	colored	.
转弯	这	栗子	关于	所以	他们	将要	吸收	这	朗姆酒	和	变得	有色	.

将栗子翻过来，让它们吸收朗姆酒并变色。

['piːtʃɪz] [wɪð; wɪθ] [waɪn]

PEACHES	WITH	WINE
桃子	和	葡萄酒

桃子配葡萄酒

[teɪk] [fɔːr] ['veri] [raɪp] ['piːtʃɪz] , [kʌt] [ðem; ðəm][ɪn] [tuː] , [teɪk] [aʊt] [ðə; ði] [stoʊnz] ,

Take	four	very	ripe	peaches	,	cut	them	in	two	,	take	out	the	stones	,
拿	四	非常	成熟	桃子	,	切	他们	在	二	,	拿	出去	这	石头	,

取四个熟透的桃子，对半切开，取出桃核，

[piːl] [ðem; ðəm] , [ænd; ənd] [kʌt] [ðem; ðəm] [ɪn] [θɪn] ['slaɪsɪz] .

peel	**them**	**,**	**and**	**cut**	**them**	**in**	**thin**	**slices**	**.**
果皮	他们	,	和	切	他们	在	薄的	切片	.

去皮，切成薄片。

[pʊt] [ðem; ðəm] [ɪn] [ə; eɪ] [boʊl] [ænd; ənd] ['kʌvər] [ðem; ðəm] [ʌp] [ʌn'tɪl] ['wɑːntɪd] .

Put	**them**	**in**	**a**	**bowl**	**and**	**cover**	**them**	**up**	**until**	**wanted**	**.**
放	他们	在	一个	碗	和	覆盖	他们	向上	直到	通缉	.

把它们放在碗里，盖好，等需要的时候再拿出来。

[pʊt] [ɪn] [ə; eɪ] ['sɔːspæn] [wʌn] [glæs] [ʌv; əv] [red] [waɪn] , [tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['paʊdərd] ['ʃʊgər] ,

Put	**in**	**a**	**saucepan**	**one**	**glass**	**of**	**red**	**wine**	**,**	**two**	**tablespoons**	**of**	**powdered**	**sugar**	**,**
放	在	一个	平底锅	一	玻璃	的	红色的	葡萄酒	,	二	汤匙	的	粉末状	糖	,

在平底锅中放入一杯红酒、两汤匙糖粉，

[ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv] ['sɪnəmən] , [ænd; ənd] [ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv] [ə; eɪ] [raɪnd] [ʌv; əv] ['lemən] .

a	**piece**	**of**	**cinnamon**	**,**	**and**	**a**	**piece**	**of**	**a**	**rind**	**of**	**lemon**	**.**
一个	片	的	肉桂	,	和	一个	片	的	一个	果皮	的	柠檬	.

一小块肉桂，和一小块柠檬皮。

[bɔɪl] [ðiːz] [tə'geðər] , [ænd; ənd] [ðen] [pɔːr] [ðə; ði] ['lɪkwɪd] ['oʊvər] [ðə; ði] ['piːtʃɪz] [ɪn] [ðə; ði] [boʊl] [waɪl]

Boil	**these**	**together**	**,**	**and**	**then**	**pour**	**the**	**liquid**	**over**	**the**	**peaches**	**in**	**the**	**bowl**	**while**
熬	这些	一起	,	和	然后	倒	这	液体	超过	这	桃子	在	这	碗	尽管

[stɪl] ['bɔɪlɪŋ] .

still	**boiling**	**.**
仍然	沸腾	.

将这些食材一起煮沸，然后趁热将煮沸的液体浇在碗里的桃子上。

['kʌvər] [ðə; ði] [boʊl] , [ænd; ənd] [ə'laʊ] [ˌaɪ 'tiː] [tuː; tə] [stænd] [fɔːr; fər] [æt; ət] [liːst] [tuː] ['aʊərz] .

Cover	**the**	**bowl**	**,**	**and**	**allow**	**it**	**to**	**stand**	**for**	**at**	**least**	**two**	**hours**	**.**
覆盖	这	碗	,	和	允许	它	到	站立	为了	在	至少	二	小时	.

盖上碗，静置至少两个小时。

[ðen] [tɜːrn] ['ɪntuː] [ðə; ði] [dɪʃ] [ɪn] [wɪtʃ] [juː; jʊ] [wɪl] [sɜːrv] [ðə; ði] ['piːtʃɪz] [ænd; ənd] [ðə; ði] [waɪn] .

Then	**turn**	**into**	**the**	**dish**	**in**	**which**	**you**	**will**	**serve**	**the**	**peaches**	**and**	**the**	**wine**	**.**
然后	转动	进入	这	盘子	在	哪个	你	将要	服务	这	桃子	和	这	葡萄酒	.

然后将其倒入盛放桃子和葡萄酒的盘子中。

[hɑːt] [waɪn]

HOT	**WINE**
热的	葡萄酒

热葡萄酒

[pʊt] ['ɪntuː] [ðə; ði] ['sɔːspæn] [wʌn] [paɪnt] [ʌv; əv] [red] [ɔːr] [waɪt] [waɪn] , [ðə; ði] [fɜːrst] [prɪ'fɜːrd] .

Put	**into**	**the**	**saucepan**	**one**	**pint**	**of**	**red**	**or**	**white**	**wine**	**,**	**the**	**first**	**preferred**	**.**
放	进入	这	平底锅	一	品脱	的	红色的	或者	白色的	葡萄酒	,	这	第一的	首选	.

往平底锅里倒入一品脱红葡萄酒或白葡萄酒，红葡萄酒更佳。

[ˌeɪ diː 'diː] [tuː] ['hiːpɪŋ] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['ʃʊgər] , [ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv] [raɪnd] [ʌv; əv] ['lemən] [ɔːr] ['ɔrɪndʒ] ,

Add	**two**	**heaping**	**tablespoons**	**of**	**sugar**	**,**	**a**	**piece**	**of**	**rind**	**of**	**lemon**	**or**	**orange**	**,**
添加	二	堆积	汤匙	的	糖	,	一个	片	的	果皮	的	柠檬	或者	橙子	,

加入两大勺糖，一片柠檬皮或橙皮，

[ænd; ənd] [ə; eɪ] [smɔːl] [stɪk] [ʌv; əv] ['sɪnəmən] .

and	**a**	**small**	**stick**	**of**	**cinnamon**	**.**
和	一个	小的	戳	的	肉桂	.

还有一小根肉桂棒。

[pʊt] [ˌaɪ 'tiː] ['ɑːntə] [ðə; ði] ['faɪər] [ænd; ənd] [stɜːr] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] ['ʃʊgər] [ɪz] [dɪ'zɑːlvd] .

Put	**it**	**onto**	**the**	**fire**	**and**	**stir**	**until**	**the**	**sugar**	**is**	**dissolved**	**.**
放	它	到	这	火	和	搅拌	直到	这	糖	是	溶解	.

将其放在火上搅拌，直到糖完全溶解。

[wen] [ðə; ði] [waɪn] [bɔɪlz] , [streɪn] [ˌaɪ 'tiː] [θruː] [sʌm; səm] [tʃiːz] - [klɔːθ] [ænd; ənd] [pɔːr] [ˌaɪ 'tiː] ['ɪntuː]

When	the	wine	boils	,	strain	it	through	some	cheese	-	cloth	and	pour	it	into
什么时候	这	葡萄酒	沸腾	,	拉紧	它	通过	一些	奶酪	-	布	和	倒	它	进入

['glæsɪz] , [ænd; ənd] [sɜːrv] [hɑːt] .

glasses	,	and	serve	hot	.
眼镜	,	和	服务	热的	.

葡萄酒煮沸后，用纱布过滤，倒入杯中，趁热饮用。

[mɪlk] [ʌv; əv] ['ɑːmənd] [aɪs]

MILK	OF	ALMOND	ICE
牛奶	的	杏仁	冰

杏仁奶冰

[teɪk] [wʌn] [hæf] [paʊnd] [ʌv; əv] ['ɑːməndz] .

Take	one	half	pound	of	almonds	.
拿	一	一半	磅	的	杏仁	.

取半磅杏仁。

[rɪ'muːv] [ðə; ði] ['ʃɛlz] [ænd; ənd] [skɪnz] , [ænd; ənd] [pʊt] [ðem; ðəm] ['ɪntuː] [ə; eɪ] [lɑːrdʒ] [rɪ'septək(ə)l] [ʌv; əv]

Remove	the	shells	and	skins	,	and	put	them	into	a	large	receptacle	of
消除	这	贝壳	和	皮肤	,	和	放	他们	进入	一个	大的	容器	的

[koʊld] ['wɔːtər] .

cold	water	.
寒冷的	水	.

去掉壳和皮，然后把它们放入一大容器冷水中。

[ˌeɪ diː 'diː] [θriː] ['bɪtər] ['ɑːməndz] [tuː; tə] [ðə; ði] ['nʌmbər] .

Add	three	bitter	almonds	to	the	number	.
添加	三	苦的	杏仁	到	这	数字	.

在这个数字上加上三颗苦杏仁。

[rɪ'muːv] [ðem; ðəm] [frʌm; frəm] [ðə; ði] ['wɔːtər] , [ænd; ənd] [paʊnd] [ðem; ðəm] [ʌp] [ɪn] [ə; eɪ] [boʊl] ,

Remove	them	from	the	water	,	and	pound	them	up	in	a	bowl	,
消除	他们	从	这	水	,	和	磅	他们	向上	在	一个	碗	,

将它们从水中捞出，放入碗中捣碎。

['ædɪŋ] [frʌm; frəm] [taɪm] [tuː; tə] [taɪm] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] ['wɔːtər] .

adding	from	time	to	time	a	little	water	.
添加	从	时间	到	时间	一个	小的	水	.

不时加一点水。

[ðen] [ˌeɪ diː 'diː] [mɔːr] ['wɔːtər] [ænd; ənd] [pʊt] [ðem; ðəm] ['ɪntuː] [ə; eɪ] [tʃiːz] - [klɔːθ] [ænd; ənd] [rɪŋ] [ˌaɪ 'tiː]

Then	add	more	water	and	put	them	into	a	cheese	-	cloth	and	wring	it
然后	添加	更多的	水	和	放	他们	进入	一个	奶酪	-	布	和	拧	它

,

,

,

然后加水，把它们放进纱布里拧干。

[tuː; tə] ['ekstrækt; ɪk'strækt] [ɔːl] [ðə; ði] [dʒuːsiz] [juː; jʊ] [kæn; kən] .

to	extract	all	the	juices	you	can	.
到	提炼	全部	这	果汁	你	能	.

尽可能地榨取所有汁液。

[ðen] [paʊnd] [ðem; ðəm] [sʌm; səm] [mɔːr] , ['ædɪŋ] ['wɔːtər] , [ænd; ənd] [skwiːz] [aʊt] [æz; əz] [bɪ'fɔːr] .

Then	pound	them	some	more	,	adding	water	,	and	squeeze	out	as	before	.
然后	磅	他们	一些	更多的	,	添加	水	,	和	挤	出去	作为	前	.

然后继续捣碎，加水，像之前一样挤出汁液。

[tuː; tə][ðə; ði][mɪlk][juː; jʊ][hæv; həv][ɪkˈstræktɪd][frʌm; frəm][ðə; ði]['ɑːməndz][ˌeɪ diː 'diː] [fɔːr] ['teɪbəlˌspuːnz]

To	**the**	**milk**	**you**	**have**	**extracted**	**from**	**the**	**almonds**	**add**	**four**	**tablespoons**
到	这	牛奶	你	有	提取	从	这	杏仁	添加	四	汤匙

[ʌv; əv] ['paʊdərd] ['ʃʊgər] [ænd; ənd][wʌn] - [hæf] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv] ['ɔrɪndʒ] ['wɔːtər] ;

of	**powdered**	**sugar**	**and**	**one**	**-**	**half**	**tablespoon**	**of**	**orange**	**water**	**;**
的	粉末状	糖	和	一	-	一半	汤匙	的	橙子	水	;

在从杏仁中提取的牛奶中加入四汤匙糖粉和半汤匙橙汁;

[pʊt]['ɪntuː][ðə; ði] ['friːzər] [ænd; ənd] [friːz] .

put	**into**	**the**	**freezer**	**and**	**freeze**	**.**
放	进入	这	冰箱	和	冻结	.

放入冰箱冷冻。

[ɪf] [dɪ'zaɪrd] , [juː; jʊ][kæn; kən][pʊt][hæf][ðə; ði]['kwɑːntəti][ʌv; əv]['ɑːməndz][ænd; ənd][ðə; ði] ['ʌðər] [hæf]

If	**desired**	**,**	**you**	**can**	**put**	**half**	**the**	**quantity**	**of**	**almonds**	**and**	**the**	**other**	**half**
如果	想要的	,	你	能	放	一半	这	数量	的	杏仁	和	这	其他	一半

[ʌv; əv]['kæntəloʊp] [siːdz] ,

of	**cantaloup**	**seeds**	**,**
的	哈密瓜	种子	,

如果需要，你可以放入一半的杏仁和另一半的哈密瓜籽。

[paʊnd] [tə'geðər] , [ænd; ənd][proʊ'siːd][ɪn][ðə; ði] [seɪm] ['mænər] .

pound	**together**	**,**	**and**	**proceed**	**in**	**the**	**same**	**manner**	**.**
磅	一起	,	和	继续	在	这	相同的	方式	.

将它们捣碎，然后按同样的方法继续操作。

[ðɪs] [ˌkɑːmbɪ'neɪʃ(ə)n][ɪz] [rɪ'freʃɪŋ] [ænd; ənd] [dɪ'lɪʃəs] .

This	**combination**	**is**	**refreshing**	**and**	**delicious**	**.**
这	组合	是	令人耳目一新	和	可口的	.

这种搭配清爽可口。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

听书破万卷
开口如有神